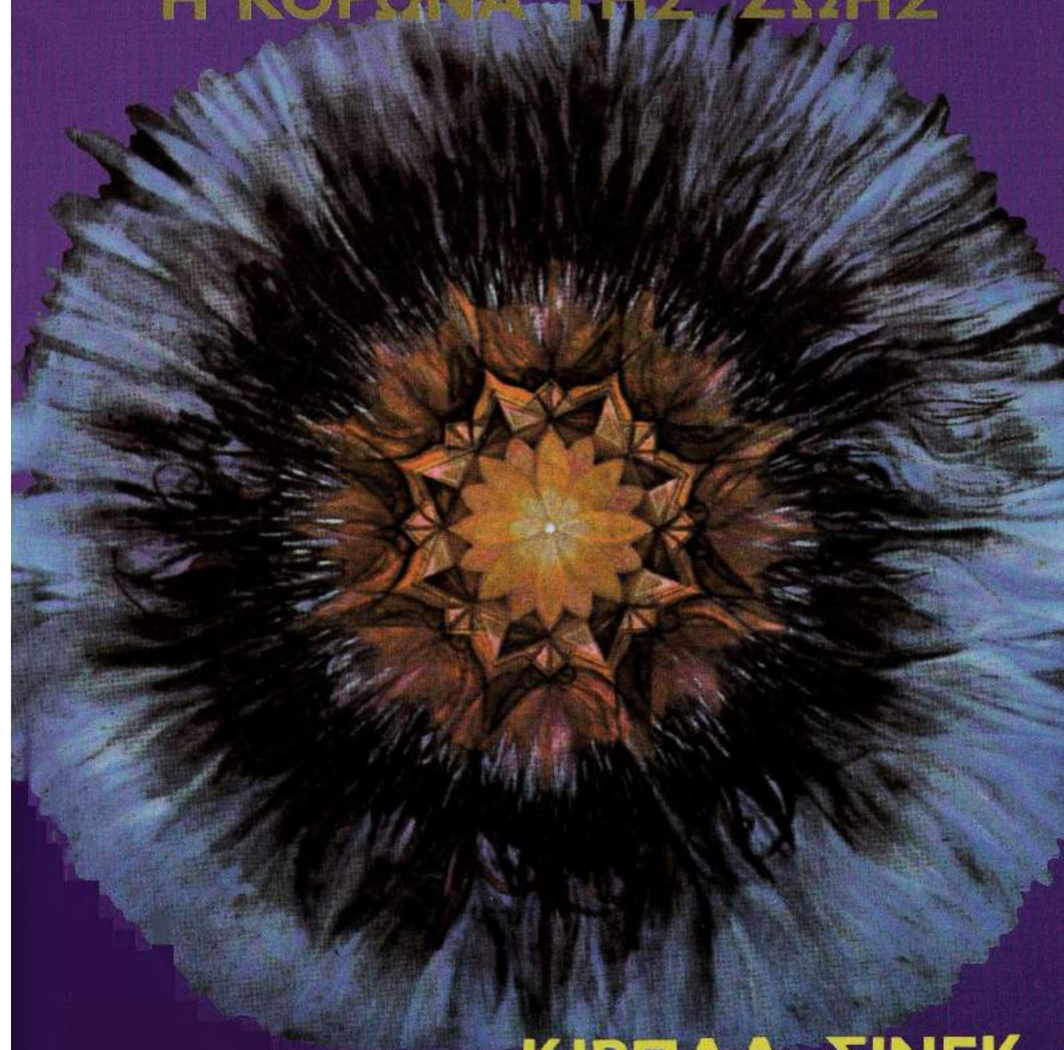
ΤΑ ΣΥΣΤΗΜΑΤΑ ΤΗΣ ΓΙΟΓΚΑ

Η ΚΟΡΩΝΑ ΤΗΣ ΖΩΗΣ



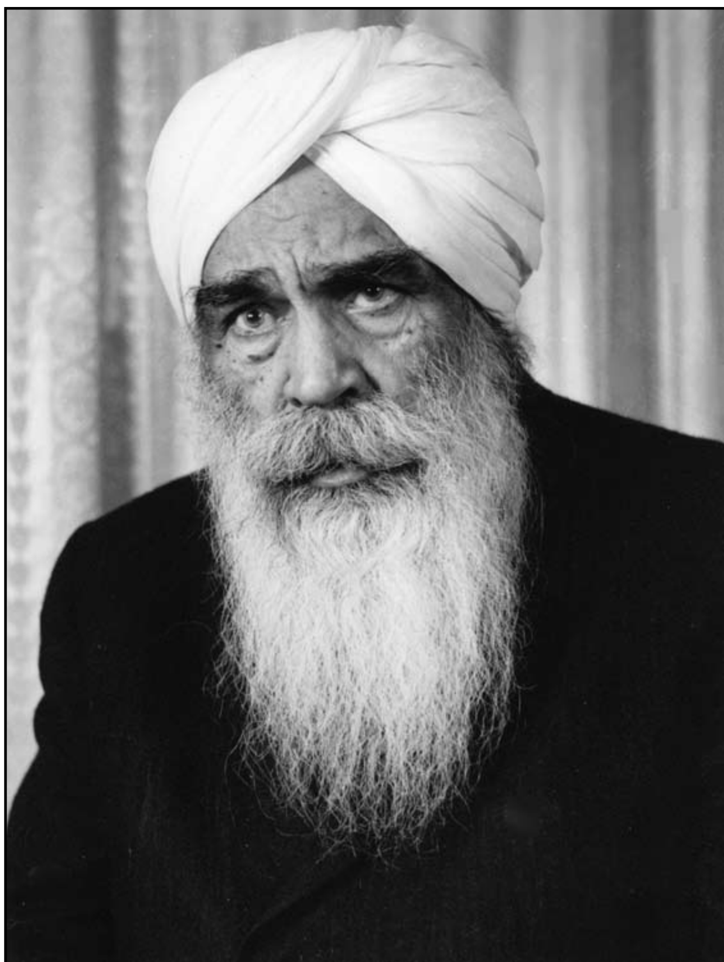
ΚΙΡΠΑΛ ΣΙΝΓΚ

ΤΑ ΣΥΣΤΗΜΑΤΑ ΤΗΣ ΓΙΟΓΚΑ

Η ΚΟΡΟΝΑ ΤΗΣ ΖΩΗΣ

ΜΕΡΟΣ ΠΡΩΤΟ

Τά Γιογκικά Πρότυπα



Sant Kirpal Singh Ji
(1894-1974)

ΚΙΡΠΑΛ ΣΙΝΓΚ

ΤΑ ΣΥΣΤΗΜΑΤΑ ΤΗΣ ΓΙΟΓΚΑ

Ἡ Κορόνα τῆς Ζωῆς

ΑΘΗΝΑ 1980

Τίτλος Πρωτοτύπου:
CROWN OF LIFE

© by Science of Spirituality
45 175 Naperville Rd., Naperville. IL 60563
and 2 Canal Road, Vijay Nagar, Delhi 110009, India

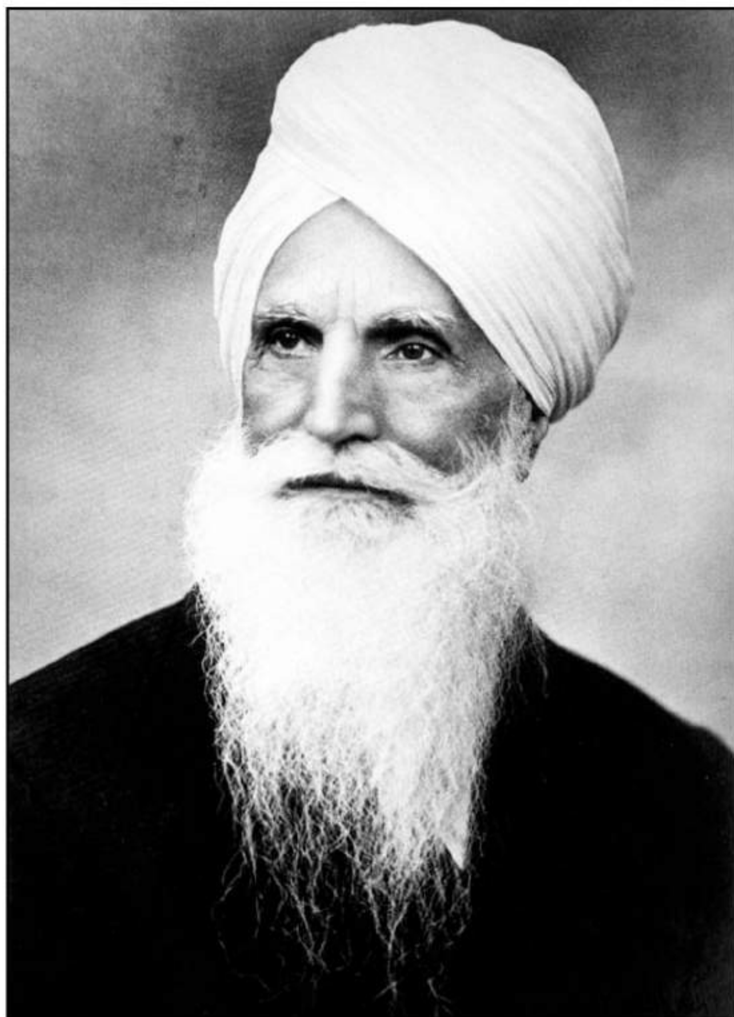
Υπεύθυνος για την Ελλάδα :
Dr. Γαβριήλ Σιμονέτος
Email : gaby.simonetos@gmail.com
Κολοκοτρώνη 28 - Φιλοθέη - Τ.Κ. 152 37
Tel.: 6932233989

Επιστήμη της Πνευματικότητας
Email Γραμματεία : sos.satsang@gmail.com
Χαλκηδόνος 3, 11527 Athens – Greece

Science of Spirituality : **https://www.sos.org/el/**



ΕΠΙΣΤΗΜΗ ΤΗΣ ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑΣ
https://www.sos.org/el



Sawan Singh Ji Maharaj

Ἀ φ ι ε ρ ω μ έ ν ο
στόν Παντοδύναμο Θεό
πού ἐργάζεται μέσο ὅλων τῶν Διδασκάλων πού ἦρθαν
καί τοῦ Μπάμπα Σαουάν Σίνγκ Τζί Μαχαράτζ
στοῦ ὁποίου τά ἱερά πόδια
ὁ συγγραφέας ἀπορρόφησε τό γλυκό ἐλιξήριο τοῦ
Ἱεροῦ Λόγου — Νάαμ.

Πρόλογος

ΑΥΤΗ ἡ συγκριτική μελέτη τῶν συστημάτων τῆς γιόγκα εἶχε ἀρχικά ὡς κίνητρο τίς διάφορες ἐρωτήσεις, πάνω σ' αὐτό τό θέμα, πού ἔρχονταν συνεχῶς ἀπό τούς ἀναζητητές καί τούς μαθητές τῆς Δύσης. Ἀλλά προσπαθώντας νά τούς ἀπαντήσω μέ ἕνα συστηματικό καί νοητικό τρόπο, ἔγινε τελικά κάτι πολύ πιό πλατύτερο ἀπό ὅ,τι ἦταν ὁ πρωταρχικός σκοπός του. Ὅπως ἐξελείχτηκε τώρα μπορεῖ, ἐλπίζω, νά ἐξυπηρετήσει ὄχι μόνο αὐτούς πού οἱ ἐρωτήσεις τους ὁδήγησαν ἀρχικά στό γράψιμό του, ἀλλά γενικά ὅλους τούς ἀναζητητές πού ἐπιθυμοῦν νά καταλάβουν τί εἶναι ἡ γιόγκα, τίς ποικιλίες τῶν συστημάτων της καί τίς ἀντίστοιχες μεθόδους τους καί τήν ἀποτελεσματικότητά τους.

Αὐτή τήν ἐποχή τῶν ἐκδόσεων δέν ὑπάρχει ἔλλειψη βιβλίων πάνω στή γιόγκα. Ὅμως, ἄν τά ἐξετάσει κανείς προσεχτικά καί μέ ἀκρίβεια βρίσκει πώς τά περισσότερα ὑστεροῦν στή μία ἄποψη ἤ τήν ἄλλη. Αὐτά εἴτε τήν πραγματεύονται ὡς κυρίως ἕνα σύστημα ἀπό *ἀσάνα* καί σωματικές ἀσκήσεις, ἤ ὡς ἕνα ἀφηρημένο καί τελείως μονιστικό σύστημα σκέψης, πού ἰσχυρίζεται τήν ἑνότητα ὅλης τῆς ὕπαρξης καί τήν τελική ταυτότητα τῆς ἀτομικῆς ψυχῆς καί τῆς Ὑπερψυχῆς. Καί στίς δυό περιπτώσεις, ἡ ἄποψη πού παίρνουμε γιά τή γιόγκα εἶναι ἀτελής, μειώνοντάς την ἀπό ἕνα πρακτικό τρόπο πνευματικῆς ὑπέρβασης καί ἕνωσης μέ τό Ἀπόλυτο, σέ ἕνα σύστημα σωματικῆς ἀγωγῆς ἤ ἕνα σχολεῖο (ἤ ὁμάδα

σχολείων) φιλοσοφίας.

Γιά νά ἀποφευχθεῖ ἡ δυνατότητα ἑνός τέτοιου λάθους, ὁ τελικός σκοπός ὅλων τῶν γιόγκα, ἡ ἕνωση μέ τόν 'Ανώτατο Κύριο, ἔχει κρατηθεῖ ὡς τό κεντρικό σημεῖο σέ ὅλες τίς συζητήσεις μέσα σ' αὐτή τή μελέτη. 'Αναφέρονται μέ τή σειρά ὅλα τά σπουδαία συστήματα, παλιά καί νέα, ἐξηγοῦνται καί συζητοῦνται οἱ ἀσκήσεις τους, καθώς καί ὥς πιό σημεῖο μπορεῖ καθένα νά μᾶς ὁδηγήσει πρός τόν τελικό σκοπό πού ἔχουμε ὑπολογίσει. Αὐτό τό τελευταῖο εἶναι ἴσως ἡ πιό εὔκολα παρανοούμενη καί περισσότερο μπερδεμένη ἄποψη ὅταν κάνουμε μιά συγκριτική μελέτη τῆς γιόγκα. Εἶναι χαρακτηριστικό τῆς μυστικῆς ἐμπειρίας ὅτι ἡ ψυχή καθώς ἀνέρχεται σέ ἕνα ἐπίπεδο ἀνώτερο ἀπό ἐκεῖνο πού εἶναι συνηθισμένη, τείνει (ἄν δέν ἔχει μιά ἀνώτερη καθοδήγηση) ἐσφαλμένα νά θεωρεῖ τό ἀνώτερο ἐπίπεδο ὡς τό πιό ἀνώτατο, ὡς τό 'Απόλυτο Βασίλειο. Καί ἔτσι βρίσκουμε ὅτι οἱ περισσότερες γιόγκα, ἐνῶ μᾶς ἀνεβάζουν μέχρι ἑνός σημείου στό ἐσωτερικό ταξίδι, τό παίρνουν ἐσφαλμένα γιά τό τέλος του, καί θεωροῦν ὡς τό ἀπόλυτο αὐτό πού εἶναι μιᾶς σχετικῆς ἀξίας.

Ὁ μόνος τρόπος μέ τόν ὁποῖο μποροῦμε νά ἐκτιμήσουμε ἀποτελεσματικά τή συγκριτική πνευματική ἀξία κάθε συστήματος γιόγκα καί ἔτσι νά ἀποφύγουμε τήν τωρινή κατάσταση σύγχυσης, εἶναι μέ τό νά υἱοθετήσουμε ὡς πρότυπό μας τό πιό ἀνώτατο σύστημα γιόγκα, πού ἡ δύναμή του εἶναι ἀπόλυτη καί ὄχι ἁπλῶς σχετική. Αὐτό τό πρότυπο μᾶς τό προμηθεύει ἡ *Σούρατ Σάμπ Γιόγκα* γνωστή ἐπίσης καί ὡς *Σάντ Μάτ* (ἤ τό μονοπάτι τῶν *Σάντ* ἤ Διδασκάλων αὐτοῦ τοῦ μυστικοῦ σχολείου), ἡ πραγματική Κορόνα τῆς Ζωῆς. 'Ακολουθώντας τίς ἀσκήσεις της μέ τήν κατάλληλη καθοδήγηση, οἱ εἰδήμονες σ' αὐτή ἔφτασαν βασίλεια ἄγνωστα σέ ἄλλες σχολές μυστικισμοῦ, καί τελικά συγχωνεύτηκαν μέ τόν 'Ανώτατο Κύριο στήν 'Απόλυτη, 'Ανώνυμη καί Ἄμορφη κατάστασή του. Ἔχουν ἐπανειλημμένως ἐπιβεβαιώσει στίς ἐκθέσεις τους τήν ἀσύγκριτη ἀνωτερότητα αὐτῆς τῆς Γιόγκα τοῦ 'Ηχητικοῦ Ρεύματος, καί ἐνῶ περιγράφουν ἀπό ἀπευθείας ἐσωτερική

θέαση τά διάφορα πνευματικά δρια τῶν ἄλλων γιόγκα, συνεχίζουν γιά νά ἐξηγήσουν τόν ἀπόλυτο χαρακτήρα τῆς δικιᾶς τους (γιόγκα).

Μιᾶς καί ἕνας ἀναζητητής μπορέσει νά ἀρχίσει νά ἀντιλαμβάνεται τίς προοπτικές πού μπορεῖ νά προσφέρει τό Σάντ Μάτ στή συγκριτική μελέτη τοῦ μυστικισμοῦ, πιστεύω πώς θά βρεῖ, δτι αὐτό τό ὑπερβολικά πολύπλοκο θέμα ἀρχίζει νά τοῦ γίνεται βαθμιαῖα σαφέστερο. Θά δεῖ δτι οἱ ἀντιφάσεις πού ἐνοχλοῦν πολλούς δταν αὐτοί ἀρχίζουν μιά συγκριτική μελέτη τοῦ μυστικισμοῦ δέν εἶναι οὐσιώδεις στή μυστική ἐμπειρία, ἀλλά εἶναι τό ἀποτέλεσμα τῆς παρανόησης μιᾶς σχετικῆς ἀλήθειας ὡς τήν ἀπόλυτη, ἕνα λάθος πού δέν ὑπάρχει γι' αὐτούς πού, ἀκολουθώντας τό ἀνώτατο μονοπάτι, ἔχουν ἀπευθείας ἐμπειρία δλων τῶν ἐσωτερικῶν ἐπιπέδων, καί ξέρουν μέχρι ποιό σημεῖο μπορεῖ νά ὁδηγήσει κάθε γιόγκα. Δέ θά ἔχει πιά τόν πειρασμό νά ἀποφύγει τό θέμα τῆς πνευματικότητας ἀπορριπτοντάς το ὡς ἕνα ἁπλό κατάλοιπο τῆς παλιᾶς δυσειδαιμονίας καί τῆς μαύρης μαγείας, ἀλλά θά ἀρχίσει νά τή βλέπει ὡς ἕνα εἶδος μιᾶς ἐκτός χρόνου ἐσωτερικῆς ἐπιστήμης πού ἔχει τούς δικούς της ἀναλλοίωτους νόμους, διαφορετικούς τρόπους λειτουργίας, καί γνώση πού δέν εἶναι στατική, ἀλλά ἔχει ἀναπτυχθεῖ καθώς οἱ ἄνθρωποι προχώρησαν ἀπό τά κατώτερα σέ ἀνώτερα συστήματα γιόγκα. Καί πάνω ἀπ' δλα, θά συνειδητοποιήσει, ἐλπίζω, δτι ἡ ἕνωση μέ τόν Ὑπέρτατο Κύριο δέν εἶναι ἁπλῶς ἕνα ὀνειροπόλημα ἤ ἕνα ὑποθετικό ἀξίωμα μιᾶς μονιστικῆς σχολῆς φιλοσοφίας, ἀλλά μιά ζωντανή πιθανότητα τῆς ὁποίας ἡ πραγματοποίηση εἶναι τό ἀληθινό τέλος τῆς ἀνθρώπινης ὕπαρξης καί τῆς ὁποίας τό κατόρθωμα, δταν δοθεῖ ἡ σωστή καθοδήγηση, ἡ σωστή μέθοδος καί ἡ σωστή προσπάθεια, εἶναι δυνατό νά γίνει ἀπό δλους, ἀδιάφορα τῆς ἡλικίας, τοῦ φύλου, τῆς φυλῆς ἤ τῆς πίστης.

6 Ἰουνίου 1961

ΚΙΡΠΑΛ ΣΙΝΓΚ

ΜΕΡΟΣ ΠΡΩΤΟ

Τά Γιογκικά Πρότυπα

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΠΡΩΤΟ

Μιά Εἰσαγωγή στή Γιόγκα

ΟΛΟΙ οἱ μεγάλοι δάσκαλοι τῆς ἀνθρωπότητας, σέ ὅλους τούς χρόνους καί σέ ὅλους τούς τόπους — οἱ Ρίσι τῶν Βεδῶν, ὁ Ζωροάστρης, ὁ Μαχαβίρα, ὁ Βούδας, ὁ Χριστός, ὁ Μωάμεθ, ὁ Νανάκ, ὁ Καμπίρ, ὁ Μπάμπα Φαρίντ, ὁ Χάζρατ Μπαχού, ὁ Σάμας Ταμπρίζ, ὁ Μωλάνα Ρούμι, ὁ Τούλσι Σαχίμπ, ὁ Σοαμίτζι καί πολλοί ἄλλοι — δέν ἔδωσαν στόν κόσμο παρά μιά καί τήν αὐτή *σάντνα* ἤ πνευματική πειθαρχία. Καθώς ὁ Θεός εἶναι ἕνας, ὁ δρόμος πρός τό Θεό δέν μπορεῖ παρά νά εἶναι ἐπίσης ἕνας. Ἡ ἀληθινή θρησκεία ἤ ὁ δρόμος πίσω στό Θεό εἶναι καμωμένος ἀπό τόν ἴδιο τό Θεό καί γι' αὐτό εἶναι ὁ πιό παλιός καθώς καί ὁ πιό φυσικός δρόμος, χωρίς κανένα τέχνασμα ἤ τίποτα τό τεχνικό. Στήν πρακτική του ἐργασία, τό σύστημα χρειάζεται τήν καθοδήγηση ἑνός εἰδήμονα ἤ δασκάλου καλά καταρτησμένου στή θεωρία καί τήν πρακτική τῆς *Πάρα Βίντια,* τῆς Ἐπιστήμης τοῦ Ὑπερπέραν, ὅπως ὀνομάζεται, γιατί βρίσκεται πέρα ἀπό τά ὅρια τοῦ νοῦ καί τῶν αἰσθήσεων. Ἐκεῖ ὅπου τελειώνουν οἱ φιλοσοφίες τοῦ κόσμου, ἐκεῖ ἀρχίζει ἡ ἀληθινή θρησκεία. Τά κείμενα τῶν γραφῶν, τό περισσότερο πού μποροῦν νά μᾶς δώσουν εἶναι κάποια ἐξιστόρηση τοῦ Μονοπατιοῦ, τόσο ὅσο μπορεῖ νά μπεῖ σέ λόγια πού δέν εἶναι βέβαια τέλεια, ἀλλά δέν μποροῦν νά μᾶς πᾶνε στό Μονοπάτι οὔτε μποροῦν νά μᾶς ὁδηγήσουν ὅταν εἴμαστε στό Μονοπάτι.

Τό πνευματικό Μονοπάτι εἶναι οὐσιαστικά ἕνα πρακτικό Μονοπάτι. Καί μόνο τό πνεῦμα — ὅταν ἀπαλλαγεῖ ἀπό τά ἐμπόδια καί ἀπροσωποποιηθεῖ — μπορεῖ νά κάνει τό πνευματικό ταξίδι. Ὁ ἐσωτερικός ἄνθρωπος, ἡ ψυχή μέσα στόν ἄνθρωπο, πρέπει νά ὑψωθεῖ πάνω ἀπό τή σωματική συνειδητότητα προτοῦ μπορέσει νά περάσει σέ ἀνώτερη συνειδητότητα ἤ στή συνειδητότητα τοῦ σύμπαντος καί τοῦ ὑπερπέραν. Ὅλα αὐτά καί ἀκόμα περισσότερα εἶναι δυνατά μέσο τῆς *Σούρατ Σάμπτ Γιόγκα* ἤ τῆς ἕνωσης τοῦ "ἑαυτοῦ" μέσα στόν ἄνθρωπο (τῆς *Σούρατ* ἤ συνειδητότητας) μέ τόν *Σάμπτ* ἤ τήν Ἀρχή τοῦ Ἤχου, μέσο τῆς χάρης κάποιου Διδασκάλου τῆς Ἀλήθειας.

Γιά νά ἔχουμε μιά σαφή ἰδέα τῶν διδαγμάτων τῶν Διδασκάλων, ἀπό τούς πανάρχαιους χρόνους μέχρι τή σημερινή ἐποχή, ἀξίζει τόν κόπο νά μελετήσουμε τή φύση καί τήν ἔκταση τῆς Σούρατ Σάμπτ Γιόγκα καί τά διδάγματά της σέ σχέση μέ τά διάφορα συστήματα γιόγκα ὅπως διδάχτηκαν ἀπό τούς παλιούς, καί ἐπίσης τίς ἀρχές τοῦ Ἀντβαϊτισμοῦ ὅπως προτείνονται ἀπό τόν Σανκαρατσάρια.

Ὁ ὅρος *γιόγκα* προέρχεται ἀπό τή Σανσκριτική ρίζα *γιούτζ* πού σημαίνει συνάντηση, ἕνωση, ἐπικοινωνία, συμπλήρωση, ἀφαίρεση, πραγματοποίηση, ἀπορρόφηση ἤ μεταφυσική φιλοσοφία τοῦ ἀνώτατου τύπου, πού ὑπόσχεται νά φέρει σέ στενή ἐγγύτητα τήν ψυχή μέ τήν Ὑπερψυχή *(τζίβα - ἄτμα* καί *Πάρμάτμα* ἤ *Μπραχμάν).* Ὁ Πατάντζαλι, ὁ φημισμένος πατέρας τοῦ γιογκικοῦ συτήματος, μέ βάση τό σύστημα τοῦ προγενεστέρου του Γκωνταπάντα, καθορίζει τή γιόγκα ὡς ἐξάλειψη τῶν *βρίτι* ἤ τῶν διακυμάνσεων πού συνεχῶς κινοῦνται κυματοειδῶς μέσα στή νοητική οὐσία ἤ *τσίτ* μέ τή μορφή κυμάτων. Τό ὀνομάζει *τσίτ βρίτι νιρόντχα* ἤ τήν καταπίεση τῶν βρίτι, δηλ. τό καθάρισμα τοῦ νοῦ ἀπό τίς νοητικές διακυμάνσεις. Σύμφωνα μέ τόν Γιατζναβάλκυα, γιόγκα σημαίνει νά πραγματοποιήσει, ἤ νά ἐπιφέρει, τήν ἕνωση τῆς ἀτομικῆς ψυχῆς μέ τόν Ἰσβάρ ἤ Μπραχμάν. Οἱ γιόγκι γενικά τήν καθορίζουν ὡς τό ξεδίπλωμα τοῦ πνεύματος καί τήν ἀπογύμνωσή

του ἀπό τίς πολυάριθμες θῆκες πού τό σαβανώνουν καί μέσα στίς ὁποῖες εἶναι περιτυλιγμένο στή φυσική του ὕπαρξη. Τό *Σάντ Μάτ* ἤ τό Μονοπάτι τῶν Διδασκάλων, κάθε ἄλλο παρά ἀρνεῖται κανένα ἀπό αὐτούς τούς ἀντικειμενικούς σκοπούς τῆς γιόγκα, παραδέχεται καί ἐπιβεβαιώνει πλήρως ὅλα ὅσα εἰπώθηκαν πιό πάνω καί, μερικῶς, συμφωνεῖ μέ τούς ἐπιδιωκόμενους σκοπούς της, ἀλλά τούς θεωρεῖ ἁπλῶς καί μόνο ὡς δεῖκτες πρός τόν τελικό στόχο. Αὐτό τό ἴδιο ὅμως δέ σταματᾶ ἐκεῖ, ἀλλά πηγαίνει παραπάνω καί μᾶς λέει γιά τόν "Τρόπο Ἐξόδου" ἀπό τόν ἰσχυρό λαβύρινθο τοῦ σύμπαντος καί τόν "Τρόπο Εἰσόδου" στό Οὐράνιο Σπίτι τοῦ Πατέρα, τό πνευματικό ταξίδι πού ἔχει νά κάνει τό πνεῦμα ἀπό τό θάνατο πρός τήν αἰώνια ζωή (ἀπό τή *Φάνα* στή *Μπάκα*), ἀνυψωνόμενο πάνω ἀπό τή σωματική συνειδητότητα μέσο ἑνός τακτικοῦ συστήματος αὐτοανάλυσης καί ἀπόσυρσης τῶν πνευματικῶν ρευμάτων ἀπό τό σῶμα καί τῆς συγκέντρωσής τους στήν ἕδρα τῆς ψυχῆς *(Τίσρα Τίλ)*, καί μετά περνώντας βαθμιαία μέσο τῶν ἐνδιάμεσων κέντρων, πάνω ἀπό τό *Μπούνκ - νάαλ*, τό ἀναποδογυρισμένο σάν σωλήνα πέρασμα, ὡσότου φτάσει τό τελικό στάδιο τῆς τελειοποίησης καί κατορθώσει τήν ἕνωση μέ τήν Πηγή του.

Ἐδῶ μπορεῖ κανείς νά ρωτήσει: «γιατί ὑπάρχει ἡ ἀνάγκη τῆς ἕνωσης μεταξύ τῆς ψυχῆς καί τῆς Ὑπερψυχῆς, ὅταν καί οἱ δυό εἶναι οὐσιαστικά οἱ ἴδιες καί εἶναι ἤδη βυθισμένες ἡ μιά μέσα στήν ἄλλη»; Μιλώντας θεωρητικά, αὐτό εἶναι σωστό, ἀλλά πόσοι ἀπό μᾶς εἶναι συνειδητά ἐνήμεροι γι' αὐτό καί πρακτικῶς ἐργάζονται στό φῶς καί στή ζωή αὐτῆς τῆς γνώσης καί ἐνημερότητας; Ἀπό τήν ἄλλη μεριά, ἡ ψυχή ἀκολουθεῖ πάντοτε τήν καθοδήγηση τοῦ νοῦ, καί ὁ νοῦς αὐτή τῶν αἰσθήσεων, καί οἱ αἰσθήσεις αὐτή τῶν ἀντικειμένων τῶν αἰσθήσεων, μέ ἀποτέλεσμα ὅτι ἡ ψυχή, μέ τό συνεχή σύνδεσμο μέ τό νοῦ καί τίς αἰσθήσεις γιά αἰῶνες καί αἰῶνες, ἔχει τελείως χάσει τή δικιά της ἀτομική (ἀδιαίρετη) ταυτότητα καί ἔχει γιά ὅ,τι ἀφορᾶ τήν πράξη ταυτιστεῖ μέ τό νοῦ. Αὐτό τό πέπλο τῆς ἄγνοιας πού μπῆκε μεταξύ τῆς ψυχῆς καί τῆς Ὑπερψυχῆς

πρέπει νά ἀποβληθεῖ γιά νά γίνει ἱκανή ἡ ψυχή νά ἔρθει στόν ἑαυτό της, νά συνειδητοποιήσει τήν ἔμφυτη φύση της καί μετά νά ψάξει νά βρεῖ τό πραγματικό της σπίτι καί νά κερδίσει αἰώνια ζωή. Ὅλες οἱ θρησκεῖες ἔγιναν ἀρχικῶς ἀπό τόν ἄνθρωπο ἔχοντας ὑπ' ὄψη αὐτό τό σκοπό, ἀλλά δυστυχῶς μέ τό πέρασμα τοῦ χρόνου ὁ ἄνθρωπος λοξοδρομεῖ ἀπό τήν πραγματικότητα καί γίνεται σκλάβος τῶν δικῶν του ἔργων καί θρησκειῶν, καθώς οἱ θρησκεῖες ξεπέφτουν σέ συστηματοποιημένες ἐκκλησίες καί ναούς, σέ αὐστηρούς κώδικες ἠθικῆς καί κοινωνικῆς συμπεριφορᾶς, στερούμενες τό ζωντανό ἄγγιγμα καί τό δονούμενο παλμό ζωῆς τῶν ἱδρυτῶν τους.

«Δέν ξέρω καμιά ἄλλη ἀρρώστια τῆς ψυχῆς ἐκτός ἀπό τήν ἄγνοια», λέει ὁ Μπέν Τζόνσον. Πῶς νά ἀποβάλλουμε αὐτό τό πέπλο τῆς ἄγνοιας εἶναι τό πρόβλημα τῶν προβλημάτων. Τό ἀφήσαμε νά μεγαλώσει καί νά γίνει ἕνας ἀδιαπέραστος βράχος πολύ σκληρός γιά νά μπορεῖ νά σπαστεῖ. Ὅμως, οἱ σοφοί ἔχουν προμηθέψει διάφορα μέσα γιά νά σχιστεῖ τό ἀλλιῶς ἀδιαπέραστο πέπλο, ὅπως τήν *Τζνάνα Γιόγκα,* τήν *Μπάκτι Γιόγκα* καί τήν *Κάρμα Γιόγκα* καί ἄλλες μεθόδους. Τό φῶς τῆς ἀληθινῆς γνώσης, ὅπως τό διανοεῖται ἡ Τζνάνα Γιόγκα, μπορεῖ νά εἶναι ἱκανό νά διασκορπίσει τό σκοτάδι τῆς ἄγνοιας, ἀκριβῶς ὅπως ἕνα ἀναμμένο κερί μπορεῖ νά διασκορπίσει τό σκοτάδι ἀπό ἕνα σκοτεινό δωμάτιο. Μέ τή Μπάκτι Γιόγκα μπορεῖ νά γίνει κανείς ἱκανός νά ἀλλάξει τό μίσος, τό χωρισμό καί τή δυαδικότητα σέ ἀγάπη γιά ὅλους, σέ ἑνότητα καί ταυτότητα μέ ὅλα τά ζωντανά πλάσματα καί ἔτσι νά ἐγκατασταθεῖ μέσα στήν ἀγάπη γιά ὅλους, πού ἀγκαλιάζει τά πάντα. Τελικά, μέ μέσο τήν Κάρμα Γιόγκα μπορεῖ κανείς νά γίνει ἱκανός νά ξεριζώσει τά αἰσθήματα τοῦ ἐγωισμοῦ, τοῦ ἐγωκεντρισμοῦ, τῆς αὐτομεγαλοποίησης καί τῆς ἀγάπης τοῦ ἑαυτοῦ καί νά ἀσχολεῖται μέ ἐλεήμονες πράξεις φιλανθρωπίας καί παρόμοιες δραστηριότητες, πού μπορεῖ νά εἶναι ὠφέλημες στήν ἀνθρωπότητα γενικῶς, καί νά ἀποκτήσει αἰσθήματα συμπάθειας καί ἀγάπη γιά ὅλους, νά δεῖ τήν ἀντανάκλαση τοῦ σύμπαντος μέσα στόν ἴδιο του τόν ἑαυτό καί αὐτήν τοῦ ἑαυτοῦ

του μέσα σέ όλους τούς ἄλλους, καί νά πραγματοποιήσει τελικά τό ἀξίωμα τῆς Πατρότητας τοῦ Θεοῦ καί τῆς ἀδερφοσύνης τῶν ἀνθρώπων. Αὐτά εἶναι κυρίως τά τρία μονοπάτια, ἤ μᾶλλον οἱ τρεῖς ἀπόψεις ἀπό ἕνα ἀκέραιο μονοπάτι, τοῦ κεφαλιοῦ, τῆς καρδιᾶς καί τοῦ χεριοῦ, μέ τό ὁποῖο μπορεῖ κανείς νά φτάσει στό ἐπιθυμητό τέλος, τήν ἕνωση τῆς ψυχῆς μέ τήν Ὑπερψυχή. Μποροῦν γιά εὐκολία νά ὀνομαστοῦν μέ συντομία ἡ διαδικασία τῆς αὐτοκυριαρχίας, τῆς αὐτοεξάγνισης καί τῆς αὐτοθυσίας, πού ὁδηγεῖ τελικά σέ «Κοσμική Συνειδητότητα» ἤ ἐνημερότητα τῆς Πραγματικότητας πού διαπερνᾶ τά πάντα ὡς ἡ βάση ὅλων ὅσα ὑπάρχουν.

Ὁ ἀντικειμενικός σκοπός σέ κάθε περίπτωση εἶναι ὁ ἴδιος καί καθένα σκοπεύει στόν ἴδιο στόχο, ἄν καί στά πρωταρχικά στοιχειώδη στάδια τό καθένα ἀπό αὐτά ἀρχίζει ἀπό δυαδικούς συλλογισμούς. Εἶναι ἀπό τόν δυαδισμό πού ἀρχίζει κανείς καί τελειώνει στό μή δυαδισμό (ἤ ἀντβαϊτισμό)· καί γι' αὐτό μπορεῖ κανείς νά ἀκολουθήσει τό μονοπάτι τῆς θείας γνώσης, τῆς παγκόσμιας ἀγάπης καί ἀφοσίωσης ἤ τῆς ἀνιδιοτελοῦς ἐξυπηρέτησης τῆς ἀνθρωπότητας.

Ὁ στόχος πάντοτε παραμένει ὁ ἴδιος,
Ἄν καί οἱ τοξότες πού σκοπεύουν πρός αὐτόν εἶναι πολλοί.

ΡΑΤΖΑΜΠΙ

Στή Τζνάνα Γιόγκα, π.χ. πρέπει κανείς νά ἀναπτύξει τήν ἰδιότητα τῆς διάκρισης, ἔτσι ὥστε νά εἶναι ἱκανός νά ξεχωρίζει μεταξύ τῆς *ἄτζιαν* καί τῆς *τζίαν*, δηλ. τῆς ἄγνοιας καί τῆς ἀληθινῆς γνώσης, τοῦ ἀπατηλοῦ χαρακτήρα τῆς Μάγια καί τῆς πραγματικότητας τοῦ Μπραχμάν. Ὅταν πειστεῖ γιά τό τελευταῖο βλέπει μέ φευγαλέες ματιές (στιγμιαῖες ἐνοράσεις) ὅτι δέν ὑπάρχει τίποτα ἄλλο παρά ὁ Μπραχμάν πού διαπερνᾶ τά πάντα μέ τήν ἀπεριόριστη οὐσία Του πού ὑπάρχει μέσα σέ ὅλες τίς μορφές καί τά χρώματα τά ὁποῖα παίρνουν τό σχῆμα καί τήν ἀπόχρωσή τους μόνο ἀπό αὐτή τήν οὐσία. Αὐτή ἡ ἀντίληψη εἶναι ἡ ἀρχή τῆς ἀληθινῆς γνώσης καί τῆς θείας σοφίας.

Τό ἴδιο καί στή Μπάκτι Γιόγκα, ἀρχίζουμε μέ τίς δίδυμες ἀρχές τοῦ *Μπαγκάτ* καί τῆς *Μπαγκουάντ*, ἤ τοῦ λάτρη καί τῆς θεότητας, καί ὁ λάτρης χάνει βαθμιαῖα τό μικρό του ἑαυτό καί βλέπει τή θεότητά του νά διαπερνᾶ τά πάντα, καί ὁ ἴδιος του ὁ ἑαυτός ἐκτείνεται ἔτσι ὥστε νά ἀγκαλιάσει τό σύνολο ὅπως καί ἡ *Ἴστ - ντέβα* του. "Ὅποιος μπεῖ μέσα σέ μιά ἁλυκή τείνει νά γίνει ἁλάτι". Ὅπως σκέπτεσαι ἔτσι γίνεσαι.

Ἐπίσης καί στήν Κάρμα Γιόγκα μπορεῖ κανείς νά μπεῖ στό *Κάρμα Κσέτρα* ἤ στό πεδίο τῶν πράξεων ἔχοντας στήν ἀρχή τήν ὤθηση κάποιας δύναμης, ἀλλά μέ τήν πάροδο τοῦ χρόνου μαθαίνει τήν ἀξία τοῦ ἀνιδιοτελοῦς Κάρμα. Ὅταν τό Κάρμα γίνεται γι' αὐτό τό ἴδιο χωρίς καμιά προσκόληση στόν καρπό του, παύει νά μᾶς δένει, καί μέ τή δύναμη τῆς συνήθειας γίνεται κανείς σιγά - σιγά *Νέ - Κάρμα* (δέ δρᾶ ἐνῶ δρᾶ), ἤ ἕνα ἀκίνητο σημεῖο στόν παντοτινά περιστρεφόμενο τροχό τῆς ζωῆς. Κατ' αὐτόν τόν τρόπο, ὅταν ἕνας ἀπό τήν περιφέρεια τοῦ εἶναι του φτάνει στό κέντρο τοῦ εἶναι του, ἀποκτᾶ ἀπραξία στήν πράξη καί εἶναι ἐλευθερωμένος ἀπό τό δεσμευτικό ἀποτέλεσμα τοῦ Κάρμα.

Βρίτι: Τί εἶναι οἱ Βρίτι

Ὅταν ἕνα ρεῦμα πού προέρχεται ἀπό τό πνεῦμα κτυπήσει σέ ὁποιοδήποτε ἀντικείμενο, ὅπως ἕνα φυσικό πράγμα, ἕνα νοητικό αἴσθημα, μιά ἰδέα, ἤ ἕνα αἴσθημα τῶν αἰσθήσεων καί ξαναγυρίζει πίσω στήν πηγή του, αὐτό ὀνομάζεται μιά *βρίτι*. Ἡ βρίτι παράγει μιά τροποποίηση μέσα στήν ὕλη τοῦ νοῦ. Ὅλη ἡ γνώση πού ἔχουμε γιά τόν ἐξωτερικό ἤ τόν ἐσωτερικό μας κόσμο ἔρχεται ἀπό τίς βρίτι ἤ τίς ἀκτίνες τῆς σκέψης. Μιά ἀκτίνα φωτός, πού ἀντανακλᾶται ἤ προέρχεται ἀπό ἕνα ἀντικείμενο, περνᾶ μέσο τῶν ματιῶν στόν ἐγκέφαλο, ὅπου μετατρέπεται σέ ἐντυπώσεις σκέψης καί μᾶς κάνει ἐνήμερους τοῦ ἀντικείμενου.

Οἱ βρίτι εἶναι πέντε εἰδῶν:

1) *Παρμάν:* Ἡ σχέση μεταξύ τῆς ἁγνῆς ψυχῆς καί τῆς *Πρα-*

κρίτι ἤ τῆς Φύσης ὀνομάζεται Παρμάν. Σέ κάθε ἐκδήλωση ἡ ἁγνή ψυχή βρίσκει τήν οὐσία της στόν πυρήνα καί τίποτα δέν εἶναι ξεχωριστό ἤ διαφορετικό ἀπό Αὐτή.

2) *Βιπρέχ:* Ἡ σχέση μεταξύ τῆς ψυχῆς πού γνωρίζει καί τῶν ἀντικειμένων τῆς Πρακρίτι ἤ τῆς Φύσης ὀνομάζεται Βιπρέχ. Αὐτή δέχεται καί παραδέχεται τήν ἐκδηλωμένη μορφή ὅπως εἶναι, ἀλλά παραμένει σκεπτική γιά τή μοναδική καί δραστήρια ἀρχή τῆς ζωῆς μέσα στόν πυρήνα της.

3) *Βικάλπ:* Εἶναι ἡ σχέση πού ἔχει μέ τά ἀντικείμενα ἡ ψυχή πού κυβερνιέται ἀπό τό νοῦ, καί δημιουργεῖ ἀμφιβολία καί ἀπάτη γιά ὅτι ἀφορᾶ τά ἀντικείμενα τά ἴδια, τήν ὕπαρξή τους, τήν πραγματική τους φύση καί τήν οὐσία τῆς ζωῆς πού βρίσκεται στόν πυρήνα τους.

4) *Νίντρα:* Εἶναι ἡ σχέση πού ἔχει μέ τά ἀντικείμενα ἡ σκεπασμένη μέ πράνα ψυχή. Καί περιλαβαίνει τίς δίδυμες καταστάσεις τοῦ ὀνείρου καί τοῦ βαθύ ὕπνου, ἀδιάφορα ἀπό τό περιβάλλον.

5) *Σμρίτι:* Εἶναι ἡ σχέση τῆς ἐνσωματωμένης ψυχῆς μέ τά ἐγκόσμια ἀντικείμενα στό φυσικό ἐπίπεδο.

Ὅλες αὐτές οἱ βρίτι ἀποτελοῦν πάρα πολλά ἐμπόδια στό δρόμο τῆς ψυχῆς πού ψάχνει νά καταλάβει τήν ἀληθινή καί οὐσιαστική της φύση, πού στήν πραγματικότητα δέν εἶναι τίποτα ἄλλο παρά αὐτή τοῦ Θεοῦ. Γι' αὐτό ὁ Καμπίρ λέει: «Ἡ ψυχή εἶναι τῆς ἴδιας οὐσίας μέ αὐτή τοῦ Θεοῦ».

Ὅμοια καί οἱ Μουσουλμάνοι ἅγιοι ἐκφράζουν τήν ἴδια ἰδέα ὅταν μιλᾶνε γιά τήν Ψυχή ὡς *Ἄμαρ - ι - Ράμπι* ἤ ἡ διαταγή τοῦ Θεοῦ.

Ἄν μόνο μποροῦσε κανείς νά καθαρίσει τήν *τσίτ* ἀπό τίς βρίτι (*τσίτ βρίτι νιρόντχα,* ὅπως ὀνομάζεται), δέ θά ἀπόμενε τίποτα ἄλλο παρά ἁγνή οὐσία Θεότητας. Γι' αὐτό τό λόγο ἔχουμε τά φημισμένα καί συχνά ἐπαναλαβαινόμενα ρητά πάνω στή γιόγκα, ὅπως τά ἀκόλουθα:

Τσίτ - βρίτι νιρόντχα (ὁ καθαρισμός τοῦ νοῦ ἀπό τίς νοητικές διακυμάνσεις) εἶναι ἡ οὐσία τῆς γιόγκα.

ΠΑΤΑΝΤΖΑΛΙ

Ἡ ἕνωση τῆς ψυχῆς μέ τήν Ὑπερψυχή εἶναι γιόγκα
ΓΙΑΤΖΝΑΒΑΛΚΥΑ

Τό ξεμπέρδεμα τῆς ψυχῆς ἀπό τήν ὕλη τῆς ζωῆς μέ τό νά ἀπογυμνωθεῖ ἀπό τίς θῆκες πού τή σαβανώνουν, εἶναι γιόγκα.
ΜΑΤΣΧΑΝΤΡΑ ΝΑΘ ΚΑΙ ΓΚΟΡΑΚΧ ΝΑΘ

Ὁ εὐκολότερος, ὁ πιό παλιός, καί ὁ πιό φυσικός τρόπος γιά νά κερδίσει κανείς τόν καρπό τῆς γιόγκα, ὅπως διδάχτηκε ἀπό τόν Καμπίρ, τόν Νανάκ καί ἄλλους πρίν καί μετά ἀπό αὐτούς, εἶναι αὐτός τῆς Σάμπτ Γιόγκα ἤ Σέχατζ Γιόγκα, ὅπως δίνεται ἀπό ὅλους τούς ἁγίους Διδασκάλους ἀπό ἀμνημόνευτους χρόνους. Ὅταν τό πνεῦμα γίνει ἱκανό, μέ τήν ἄσκηση τῆς πνευματικῆς *σάντνα,* νά ἀποβάλει, ἕνα - ἕνα, τά διάφορα καλύμματα, γίνεται ἕνα ἁγνό πνεῦμα, πλῆρες στόν ἑαυτό του, μιά συνειδητή ὀντότητα, αὐτοΰπαρκτη καί αὐτόφωτη, πάντοτε ἡ ἴδια καί αἰωνίως ἐλεύθερη. Σύμφωνα μέ τούς ἁγίους, γιόγκα εἶναι ἡ ἐπικοινωνία τῆς ψυχῆς μέ τόν ἱερό Λόγο (τό Θεό σέ ἔκφραση), τή δύναμη τοῦ Θεοῦ ἤ τό πνεῦμα τοῦ Θεοῦ: *Σρούτι, Σραόσα, Καλμα, Νάαμ** ἤ τό Ἅγιο Πνεῦμα ὅπως διαφοροτρόπως προσδιορίστηκε ἀπό τόν κάθε ἅγιο στή δικιά του ἐποχή.

Ἡ ψυχή καί ἡ Ὑπερψυχή

1. Ἡ ψυχή εἶναι ἡ Πραγματικότητα καί ἡ Οὐσία. Εἶναι μία καθώς καί ἕνα σύνολο. Στή μία ὑπάρχει πάντοτε ἡ ἀπάτη τῶν πολλῶν, καί τό σύνολο σημαίνει ὅτι ὑπάρχουν μέσα σ' αὐτό πάρα πολλά μέρη. Οἱ ἰδέες τοῦ μέρους καί τοῦ ὅλου πηγαίνουν μαζί ὅπως τό μάγουλο καί ἡ σιαγώνα, καί χαρακτηρίζονται καί τά δύο, τόσο τό μέρος ὅσο καί τό ὅλο, ἀπό τήν ὁμοιότητα τῆς οὐσιαστικῆς φύσης μέσα σ' αὐτά.

2. Ἡ οὐσία ἑνός πράγματος ἔχει τή δικιά της χαρακτηριστική φύση καί δέν μπορεῖ νά χωριστεῖ ἡ μιά ἀπό τήν ἄλλη.

* Γιά μιά πιό λεπτομερή ἐξήγηση αὐτῶν τῶν ὅρων κοιτάξετε στό βιβλίο *Νάαμ ἤ Λόγος* τοῦ ἰδίου συγγραφέα.

'Ακριβῶς ὅπως ἡ οὐσία εἶναι καί ἕνα καί πολλά, ἔτσι εἶναι καί ἡ περίπτωση μέ τήν χαρακτηριστική φύση της.

3. Ἡ οὐσία ἑνός πράγματος εἶναι ἡ *Ζοχάρ* του, ἡ ἴδια ἡ πνοή τῆς ζωῆς του. Εἶναι ἡ μοναδική πρωταρχική ἀρχή πού διαπερνᾶ παντοῦ καί εἶναι ἡ πραγματικότητα πίσω ἀπό ὅλες τίς μορφές καί τά χρώματα. Αὐτή ἡ δραστήρια ἀρχή τῆς ζωῆς εἶναι αὐτή ἡ ἴδια ἡ πηγή τῆς δημιουργίας καί ἔχει τό ὄνομα Πρακρίτι στό ἀστρικό ἐπίπεδο, Πραντάν στό αἰτιατό καί Μάγια ἤ ὕλη στό φυσικό κόσμο.

4. Ἡ χαρακτηριστική φύση ἑνός πράγματος εἶναι τό ἴδιο μέ τήν ἀκέραιη οὐσία του μέσα στήν ὁποία εἶναι ἔμφυτη ἡ φύση του. Πᾶρτε ἁπλῶς τήν περίπτωση τοῦ φωτός. Μπορεῖ κανείς νά διανοηθεῖ τό φῶς ὡς ξεχωριστό ἀπό τόν ἥλιο, ἤ τή λαμπερή ζωτικότητα ξεχωριστά ἀπό μιά ἐξαιρετικά ὑγειή προσωπικότητα; Τό ἕνα δέν ὑπάρχει χωρίς τό ἄλλο καθώς τά δυό εἶναι ἀχώριστα καί τελείως συνυφασμένα τό ἕνα μέσα στό ἄλλο.

5. Ὁποιαδήποτε προσπάθεια κάνουμε γιά νά θεωρήσουμε τίς δύο — τή φύση καί τήν οὐσία της — ὡς ξεχωριστές, ἀκόμη καί ἄν αὐτό γίνει μόνο μέ τή φαντασία μας, ὁπωσδήποτε θά φέρει τήν ἰδέα τῆς δυαδικότητας. Μόνο μέ τόν ὅρο αὐτῆς τῆς δυαδικότητας μπορεῖ κανείς νά διανοηθεῖ τή δημιουργία ὡς ξεχωριστή ἀπό τή δημιουργική ἀρχή καθώς εἶναι τό ἀποτέλεσμα τοῦ ἐξωτερικοῦ παιχνιδιοῦ τῶν διδύμων δυνάμεων τοῦ πνεύματος πού ὀνομάζονται ὕλη καί ψυχή. Καί οἱ ἐπιστημονικές ἔρευνες ἐπίσης ἔχουν φτάσει τώρα στό ἀκαταμάχητο συμπέρασμα ὅτι ὅλη ἡ ζωή εἶναι μιά συνεχής ὕπαρξη σέ διαφορετικά ἐπίπεδα καί αὐτό πού ὀνομάζουμε ἀδρανή ὕλη δέν εἶναι παρά ἐνέργεια στό πιό κατώτατο σημεῖο τῆς ἐξέλιξής της.

Μέσα στήν ἴδια τή Φύση, καί στό ἀστρικό καί στό αἰτιατό ἐπίπεδο, αὐτές οἱ δυό ἀρχές εἶναι πάντοτε σέ δράση: ὁ Θεός καί ἡ Πρακρίτι στό ἀστρικό, ὁ Θεός καί ἡ Πραντάν στό αἰτιατό, καί ἡ ψυχή καί ἡ ὕλη στό φυσικό σύμπαν. Παντοῦ ἡ δημιουργία δέν εἶναι παρά τό ἀποτέλεσμα τοῦ ἀποτυπώματος τοῦ ἑνός πάνω στό ἄλλο.

6. Ἡ ψυχή λοιπόν εἶναι ἡ ἀρχή τῆς ζωῆς καί ἡ ριζική αἰτία μέσα στόν πυρήνα ὅλων τῶν πραγμάτων, γιατί τίποτα δέν μπορεῖ νά ἐκδηλωθεῖ χωρίς αὐτή. Αὐτή ἔχει μιά ζωογόνο ἐπίδραση, καί μεταδίνει τό ζωτικό παλμό της στή φαινομενικά ἀδρανή ὕλη ἐρχόμενη σέ ἐπαφή μαζί της. Εἶναι μέ τή ζωή καί τό φῶς τοῦ ζωογόνου παλμοῦ τῆς ζωῆς πού ἡ ὕλη παίρνει τόσο πολλές μορφές καί χρώματα μέ τήν ποικιλία τῶν σχεδίων καί τῶν σχημάτων τους ὅπως τά βλέπουμε μέσα στό Σύμπαν.

7. Αὐτό τό ρεῦμα ζωῆς ἤ ἡ ψυχή εἶναι ἐξαιρετικά λεπτή, μιά αὐτόφωτη σπίθα Θείου Φωτός, μιά σταγόνα ἀπό τόν Ὠκεανό τῆς Συνειδητότητας, χωρίς ἀρχή καί τέλος, καί αἰώνια ἡ ἴδια, μιά ἀναλλοίωτη μονιμότητα, ἀπεριόριστη, τέλεια αὐτή ἡ Ἴδια, μιά ὀντότητα πού ὑπάρχει πάντοτινά καί αἰσθάνεται τά πάντα, καί εἶναι μέσα σέ κάθε μορφή, ὁρατή καί ἀόρατη, γιατί ὅλα τά πράγματα ἐκδηλώνονται ἐξαιτίας Της. Τίποτα δέν ἔχει γίνει πού νά μήν ἔγινε ἀπό Αὐτή.

Ὁ Ἕνας παραμένει, οἱ πολλοί ἀλλάζουν καί περνοῦν,
Ἡ ζωή ὅπως ἕνας θόλος ἀπό ποικιλόχρωμα γυαλιά,
Κηλιδώνει τήν ἄσπρη ἀκτινοβολία τῆς Αἰωνιότητας.

ΣΕΛΛΕΫ

8. Ἀκριβῶς ὅπως ὁ ἥλιος ἐκτείνει τίς ἀκτίνες του στόν κόσμο, ὅπως ἕνας ὠκεανός ἔχει στήν ἐπιφάνειά του παφλασμούς, κυματισμούς, κύματα, παλίρροιες καί ρεύματα, καί ὅπως ἕνα δάσος εἶναι καμωμένο ἀπό ἀναρίθμητα δέντρα, ἔτσι καί ἡ Ὑπερψυχή ἤ ὁ Θεός, ὅταν τόν βλέπουμε μέσο τῆς δημιουργίας Του, φαίνεται νά εἶναι χωρισμένος σέ τόσες πολλές μορφές, πού ἐπιδείχνουν καί ἀντανακλοῦν τό φῶς καί τή ζωή τοῦ Θεοῦ μέσα σέ ἕνα πλούσιο καί ποικιλόχρωμο πανόραμα. Ὅμως τό πνεῦμα Του διατρέχει ὅλους τό ἴδιο, ἀκριβῶς ὅπως ἕνας σπάγγος περνᾶ μέσα ἀπό τόσες πολλές χάντρες, ἐνῶ Αὐτός, ἀμέριμνος, παραμένει ξέχωρος ἀπό ὅλα μέσα στή δικιά Του πληρότητα.

9. Ἡ πρώτη πρός τά κάτω προέκταση τοῦ πνευματικοῦ ρεύματος, καθώς προερχόταν ἀπό τό Θεό, ἔφερε σέ ἐκδήλωση τόν αἰθέρα *(ἄκας)*, πού εἶναι τό πιό λεπτό ἀπό τά στοιχεῖα καί διαχύνεται παντοῦ μέσα στό διάστημα. Αὐτό ἔχει δύο ἀπόψεις. Ἡ μία εἶναι αὐτή τοῦ πνεύματος ἤ τῆς ψυχῆς πού παραμένει ἀνεκδήλωτη μέσα στόν αἰθέρα, καί ἡ ἄλλη αὐτή τοῦ ἐκδηλωμένου αἰθέρα, ὅπου ὑπάρχουν οἱ δυό δυνάμεις, ἡ θετική καί ἡ ἀρνητική πού εἶναι ἔμφυτες μέσα σ' αὐτό, μετέπειτα συνενώθηκαν καί ἔφεραν σέ ἐκδήλωση τόν ἀέρα *(βαγιού)* καί ἀκριβῶς μέ τόν ἴδιο τρόπο ὁ ἐκδηλωμένος ἀέρας γέννησε τή φωτιά *(ἄγκνι)* καί ἡ ἐκδηλωμένη φωτιά παράγαγε τό νερό *(τζάλ)* καί τό ἐκδηλωμένο νερό ὁδήγησε στήν κατασκευή τῆς γῆς *(πρίθβι)*, ἐνῶ τό πνεῦμα τοῦ κάθε στοιχείου πού εἶναι οὐσιαστικά τό ἴδιο παράμεινε ἀνεκδήλωτο μέσα σέ ὅλα.

Κατά τόν ἴδιο τρόπο, ὅπως καί πιό πάνω, αὐτό πού ὀνομάζουμε Θεό ἔχει μιά οὐσιαστική Θεότητα, ἀπόλυτη καί ἄμορφη, πού εἶναι ἡ ζωή καί τό πνεῦμα τοῦ Σύμπαντος, καί συγχρόνως τό ἴδιο τό Σύμπαν μέ τίς διάφορες δημιουργίες πού ἐκδηλώνουν τόσες πολλές μορφές καί χρώματα καί εἶναι γεμάτες ἀπό αὐτά· τά ὁποῖα ἐμφανίζονται καί ἐξαφανίζονται σάν κυματάκια στή θάλασσα τῆς ζωῆς. Ὁ ἀνεκδήλωτος καί ἀπρόσωπος Θεός εἶναι ἐλεύθερος ἀπό ὅλες τίς ἰδιότητες, ἐνῶ οἱ ἀτομικοποιημένες Του ἀκτίνες, καθώς εἶναι ἐκδηλωμένες σέ ἀμέτρητες μορφές καί χρώματα μέ τή συνεχή ἐπαφή μέ τή Μάγια, τήν Πρακρίτι καί τήν Πραντάν (φυσική, ἀστρική καί αἰτιατή) αἰσθάνονται, ἀπό ἄγνοια τῆς ἀληθινῆς τους φύσης, ὅτι εἶναι περιορισμένες καί ξεχωριστές ἡ μιά ἀπό τήν ἄλλη καί γι' αὐτό σύρονται μέσα στά δεσμά τοῦ ἀδυσώπητου Καρμικοῦ Νόμου ἤ τοῦ Νόμου τῆς Αἰτίας καί τοῦ Ἀποτελέσματος, πού ἐπιβάλλει μιά συνέπεια γιά κάθε πράξη, κάθε λόγο καί κάθε σκέψη. Ὅ,τι δέν ἐκπληρωθεῖ σέ μιά ζωή ἐκπληρώνεται σέ μιά ἄλλη καί ἔτσι ὁ γιγάντιος τροχός τῆς ζωῆς καί τοῦ θανάτου μιᾶς καί μπεῖ σέ κίνηση συνεχίζει αἰωνίως μέ τή δύναμη τῆς δικιᾶς του ἀνεξάντλητης ὁρμῆς. Σ' αὐτό ἀκριβῶς ἔγκειται ἡ διαφορά μεταξύ τῆς ἀτομικοποιημένης ψυχῆς ἀπό

τή μιά μεριά, καί τῆς Μεγάλης Ψυχῆς τοῦ Σύμπαντος (πού ὀνομάζεται Θεός) ἀπό τήν ἄλλη, ἡ μία εἶναι δέσμια καί περιορισμένη, ἡ ἄλλη χωρίς δεσμά ἤ περιορισμούς.

Πρακρίτι ἤ ὕλη

Ὁ ὅρος *Πρακρίτι* εἶναι ἕνας σύνθετος ὅρος καί προέρχεται ἀπό τή Σανσκριτική ρίζα *πρά* πού σημαίνει "πρῶτος" καί *κάρ* πού σημαίνει "δρῶ" καί ἔτσι *Πρακρίτι* ἐννοεῖ τήν "πρωταρχική ὕλη" (ἐνέργεια σέ κοιμισμένη κατάσταση) ἡ ὁποία ὅταν δραστηριοποιηθεῖ ἀπό τή θετική δύναμη τοῦ πνεύματος, φέρνει σέ ὕπαρξη πολλές μορφές, σχέδια καί σχήματα μέσα στήν ἀπέραντη δημιουργία τοῦ Μεγάλου Δημιουργοῦ. Αὐτό ὀνομάζεται *Μάγια,* καί ὅλα ὅσα μποροῦν νά ἰδωθοῦν ἤ νά γίνουν αἰσθητά ἀπό ὁποιαδήποτε αἴσθηση πέφτουν σ' αὐτή τήν κατηγορία τῆς ὕλης ἤ *Πρακρίτι.* Ἡ ὕλη, ὅπως ἐξηγήσαμε πιό πάνω, εἶναι ἐνέργεια σέ ἄδηλη κατάσταση στό πιό κατώτατό της ἐπίπεδο, ἡ ὁποία ζωογονεῖται καί δρᾶ (δραστηριοποιεῖται) καί παίρνει τίς τόσες πολλές καί διάφορες μορφές πού βλέπουμε ὡς πρότυπα. Αὐτή ἡ διαδικασία, ἀπό τήν παθητική κατάσταση τῆς ἐνέργειας στή δραστήρια, ὁδηγεῖ στή δημιουργία, ἤ στήν ἐκδήλωση τῆς μέχρι τότε ἀνεκδήλωτης πνευματικῆς δύναμης.

Ὁ *Μπραχμάν* ἤ ἡ πνευματική δύναμη ἔρχεται σέ ὕπαρξη μόνο μέσο ἑνός χοντροῦ καλύμματος *(κάγια).*

Ἀκριβῶς ὅπως τό σύνολο τῶν φαινομενικά ἀτομικοποιημένων ψυχῶν κάνει τήν Ὑπερψυχή (τό Θεό), ἔτσι ἐπίσης καί ὁ μεγάλος λαβύρινθος τῶν δημιουργημένων ὄντων καί πραγμάτων μέ διαφορετικές μορφές καί χρώματα στό σύνολό τους ὀνομάζεται Πρακρίτι.

Ἡ Πρακρίτι ἡ ἴδια οὔτε μπορεῖ νά γίνει αἰσθητή ἀπό τίς αἰσθήσεις οὔτε ὑπάρχει ἀπό μόνη της, ἀλλά ἐκδηλώνεται μόνο ὅταν δραστηριοποιηθεῖ ἀπό τή δύναμη τοῦ πνεύματος. Ἀκριβῶς ὅπως οἱ ἀκτίνες τοῦ ἥλιου δέν ὑπάρχουν χωριστά ἀπό τόν ἥλιο καί ἐμφανίζονται μόνο ὅταν ὁ ἥλιος ἀνατέλει στόν

ὁρίζοντα, ἔτσι καί ἡ Πρακρίτι, συνδεόμενη μέ τόν παλμό τῆς ζωῆς, παίρνει ἀναρίθμητα σχήματα καί μορφές πέρα ἀπό τήν ἀνθρώπινη ἀντίληψη, καί ἡ Μία ἀόρατη ψυχή φαίνεται ὅτι διαφοροποιεῖται μέσα σέ ἀτομικοποιημένα μέρη μέ διαφορετικά ὀνόματα καί ποικίλα εἴδη πού δέν μποροῦν νά περιγραφοῦν καί νά ἐξηγηθοῦν. Οἱ γιόγκι ἔλαβαν ἀκόμη ὑπ' ὄψη τους τίς πέντε *κόσα* ἤ θῆκες πού ἦρθαν νά σαβανώσουν καί νά σκεπάσουν τό πνεῦμα στήν πρός τά κάτω πορεία του, καί ἐπινόησαν καί διετύπωσαν διάφορους τρόπους γιά νά τίς ἀποβάλλουν. Αὐτές οἱ κόσα ἤ καλύμματα μποροῦν νά περιγραφοῦν μέ συντομία ὡς ἑξῆς:

1. *Βίτζιαν - μάι Κόσα:* Τό κάλυμμα τῆς νοητικῆς συσκευῆς ἤ διάνοιας μέ τίς δύο φάσεις της: ἡ μία εἶναι γιά τή γνώση *(τζίαν)* στό φυσικό ἐπίπεδο καί ἡ ἄλλη γιά τή διαφώτιση *(βίτζιαν)* στά πνευματικά ἐπίπεδα. Αὐτό εἶναι τό πρῶτο κάλυμμα μέσα στό ὁποῖο περιτυλίγεται τό πνεῦμα καθώς ἔρχεται σέ ἐπαφή μέ τή λεπτή ὕλη πού ὀνομάζεται Πρακρίτι. Τό φῶς τῆς ψυχῆς, καθώς ἀντανακλᾶται μέσα στό διανοητικό κέντρο, θέτει σέ κίνηση αὐτό πού κοινῶς εἶναι γνωστό ὡς διάνοια, πού ἀποτελεῖται ἀπό τήν ἐσωτερική πνευματική ἀντίληψη καί τήν ἐξωτερική γνώση. Ἡ ψυχή μέ αὐτή τήν ἀπό ἀντανάκλαση διανοητική δεξιότητα μπορεῖ καί νά γνωρίζει καί νά ἀντιλαμβάνεται.

2. *Μάν - ο - μάι Κόσα:* Αὐτό εἶναι τό δεύτερο κάλυμμα ἤ θήκη πού ἡ μέ διάνοια ψυχή ἤ ἡ ψυχή πού μπορεῖ νά γνωρίζει, περιτυλίγει γύρω ἀπό τόν ἑαυτό της μέ τήν συνεχή ἐντατική ἐπαφή μέ τήν Πρακρίτι, καί πού τώρα ἀρχίζει νά ἀντανακλᾶ ἐπίσης καί τή νοητική ὕλη· καί μέ αὐτή τήν ἐπιπρόσθετη ἱκανότητα ἡ ψυχή ἀρχίζει νά κλίνει πρός τό νοῦ καί βαθμιαῖα καταχτᾶται τελείως ἀπό αὐτόν.

3. *Πράν - μάι Κόσα:* Τό κάλυμμα τῶν *Πράνα* (τῶν ζωτικῶν ἀέρων) ἀποτελεῖ τήν τρίτη θήκη γύρω ἀπό τήν ψυχή. Καθώς ἡ σκεπτόμενη (ἤ πού γνωρίζει) καί δέσμια τοῦ νοῦ ψυχή πιέζεται ἀκόμη περισσότερο πάνω στήν Πρακρίτι (ὕλη) ἀρχίζει νά πάλλει μέ πράνα, πού εἶναι δέκα εἰδῶν σύμφωνα μέ τίς διά-

φορες λειτουργίες τους. Αὐτό κάνει τήν μέ διάνοια καί δέσμια τοῦ νοῦ ψυχή νά εἶναι *Πράν - μάι* ἤ νά ὠθεῖται ἀπό μιά ζωογόνο ἐνέργεια.

4. *Ἄννα - μάι - Κόσα:* Ὅταν ἡ μέ διάνοια, δέσμια τοῦ νοῦ καί ὠθούμενη ἀπό ὁρμέμφυτα ψυχή δρᾶ πάνω στήν Πρακρίτι, σφυριλατεῖ μέσα κεῖ ἀκόμη ἕναν ἄλλο τύπο καλύμματος, αὐτόν τῆς *ἄννα - μάι*. Αὐτή εἶναι ἡ τελευταία ἀπό τίς πέντε θῆκες, καί γιά τή διατήρησή της ἀρχίζει νά αἰσθάνεται μιά συνεχή ἀνάγκη γιά *ἄννα* ἤ ὑλική τροφή καί γιά ἄλλα ἀντικείμενα τῶν αἰσθήσεων.

Αὐτό τό ἄννα - μάι κάλυμμα εἶναι ἁπλῶς μιά ἐσωτερική φόδρα τοῦ φυσικοῦ σώματος (τῆς χοντρῆς ὕλης), τό ὁποῖο εἶναι πράγματι ἡ ἐξωτερική της ἐκδήλωση· καί συνεχίζει νά περιτυλίγει τήν ψυχή ἀκόμη καί ὅταν ἡ ἐξωτερική του μορφή, δηλ. τό σῶμα, μαραθεῖ, φθαρεῖ καί ἀποσυντεθεῖ.

Ἡ ὕπαρξη αὐτοῦ τοῦ ἀπό χοντρή ὕλη φυσικοῦ σώματος ἐξαρτᾶται ἀπό τήν ὑγιεινή κατάσταση τῆς Ἄννα - μάι Κός πού εἶναι μέσα ἀπό αὐτό.

Μερικές ψυχές, ἀκόμη καί ὅταν ἀποβάλλουν τό ἐξωτερικό φυσικό σῶμα, ἐξακολουθοῦν νά λαχταροῦν τό φαγητό ἐξαιτίας τῆς Ἄννα - μάι Κός, νά ψάχνουν γιά ἐγκόσμιες ἀπολαύσεις καί νά συνεχίζουν νά συχνάζουν στίς ἀνθρώπινες κατοικίες κατά τίς περιπλανήσεις τους γιά τήν ἱκανοποίηση τῶν ἔμφυτων πόθων τους. Εἶναι γιά νά ἱκανοποιήσουν αὐτούς τούς πόθους τῶν ἀποσωματομένων ἀπό τό φυσικό σῶμα ψυχῶν πού οἱ Ἰνδοί ἐκτελοῦν *πίντ ντάν* καί *σαράντχς* καί κάνουν ἐξιλεωτικές προσφορές στίς ψυχές πού ἔχουν φύγει, ἔτσι ὥστε νά μπορέσουν νά βροῦν ἠρεμία καί εἰρήνη.

5. Ὅμως, εἶναι ἡ *Ἄναντ - μάι Κόσα* (Μακαριότητα) πού εἶναι ἡ πρώτη καί ἡ πρωταρχική ἀπό αὐτές τίς Κόσα ἤ καλύμματα. Αὐτή εἶναι σχεδόν ἕνα ἀναπόσπαστο μέρος τῆς ἴδιας τῆς ψυχῆς. Εἶναι ἡ πιό λεπτή θήκη, ὅπως αὐτή ἑνός λεπτοῦ καλύμματος πάνω ἀπό ἕνα ἀναμμένο κηροπήγιο. Ἔχει κανείς λίγο τήν ἐμπειρία της ὅταν εἶναι σέ βαθύ καί χωρίς ὄνειρα ὕπνο *(σουσούπτι),* γιατί ξυπνώντας συγκρατεῖ μιά ἀμυδρή ἰδέα

τῆς *ἄναντ* ἢ μακαριότητας πού αἰσθάνθηκε σ' αὐτή τήν τελείως ἀδιατάραχη κατάσταση ἠρεμίας.

Αὐτές λοιπόν εἶναι οἱ πέντε κόσα ἢ *χιτζάμπς* (κουρτίνες ἢ μανδύες πού καλύπτουν) ὅπως τίς ὀνομάζουν οἱ Μουσουλμάνοι, καί σκεπάζουν τήν ψυχή ἡ μιά μέσα στήν ἄλλη. Ὁ σκοπός ἢ ὁ στόχος ὅλων τῶν γιόγκα εἶναι νά ξεμπερδέψουν βαθμιαῖα τήν ψυχή ἀπό αὐτά τά καλύμματα ἀφαιρώντας τα ἕνα ἕνα, ὡσότου τελικά ἀπαλλάσσεται ἀπό ὅλα καί ἐπανέρχεται στή γνήσια καί ἀρχική της ἔνδοξη κατάσταση τῆς αὐτοφωτεινότητας *(Σουαγιάμ Τζιότι)*, πού εἶναι τόση ὅσο αὐτή πολλῶν ἥλιων βαλμένων μαζί. Αὐτή εἶναι ἡ κατάσταση τοῦ *Ἄχαμ Μπράχμ Ἄσμι* ἢ "Εἶμαι Μπράχμ", καί ὅταν κατορθωθεῖ, ὄχι μόνο αἰσθάνεται κανείς ὅτι εἶναι ἕνα μέ τό Θεό, ἀλλά πράγματι χαιρετᾶ τό Θεό μέ τά λόγια — *Ἀγιάμ Ἄθμα Μπράχμα* — "Ὦ Θεέ! Εἶμαι τῆς ἴδιας οὐσίας μέ Ἐσένα". Τά περισσότερα ἀπό τά συστήματα τῆς γιόγκα νομίζουν ὅτι αὐτό εἶναι τό πᾶν καί τό τέλος ὅλων τῶν πνευματικῶν προσπαθειῶν. Αὐτό εἶναι πράγματι τό ἀνώτατο καί τό τελευταῖο στάδιο τῆς αὐτογνωσίας, ἀλλά ὅμως εἶναι ἕνας σταθμός στά μισά τοῦ δρόμου τοῦ πνευματικοῦ ταξιδιοῦ — ἕνα σημεῖο ὄχι μικρῆς σπουδαιότητας, γιατί εἶναι ἀπό ἐδῶ πού μιά σπάνια ψυχή ἀρχίζει τήν πορεία της πρός τόν πολύ ἐπιθυμητό στόχο τῆς τέλειας πραγματοποίησης τοῦ Θεοῦ, ἐφόσον εἶναι ἡ *Κχούντ Σανάσι* (ἡ Αὐτογνωσία) πού βαθμιαῖα ὁδηγεῖ στήν *Κχούντα Σανάσι* (στήν Θεογνωσία).

Ἡ Αὐτογνωσία καί ἡ πρακτική αὐτοπραγματοποίηση εἶναι τό ἀνώτατο σημεῖο στή διαδικασία τῆς αὐτοανάλυσης, καί χωρίς αὐτήν δέν μπορεῖ κανείς νά προχωρήσει πρός τό Θεό καί νά μπεῖ στή Βασιλεία τοῦ Θεοῦ. Σ' αὐτή τή διαδικασία τῆς ἐσωστροφῆς καί τῆς ἀπόσυρσης τοῦ πνεύματος ἐσωτερικῶς, μέ τήν ἀνύψωσή του πάνω ἀπό τή σωματική συνειδητότητα καί τήν ἀπελευθέρωση τοῦ πνεύματος ἀπό τίς δαγκάνες τοῦ σώματος καί τοῦ νοῦ, ἡ πιό εὔκολη, ἡ πιό γρήγορη καί ἡ πιό σίγουρη πορεία εἶναι μέ τήν ἐπικοινωνία μέ τόν *Σάμπτ* ἢ τό Ἠχητικό Ρεῦμα (τόν Ἱερό Λόγο), καί αὐτό εἶναι τό μόνο μέ-

σο γιά τή Θεογνωσία. Είναι ὁ πιό παλιός τρόπος πού γνώρισε ποτέ ὁ κόσμος, καθώς ὑπάρχει ἀπό τότε πού ἀνέτειλε ἡ ἴδια ἡ δημιουργία. Εἶναι σύγχρονος μέ τόν Ἄνθρωπο ἀπό τήν ἡμέρα πού αὐτός χωρίστηκε ἀπό τόν Πατέρα του πού εἶναι στόν Οὐρανό. Ὅλοι οἱ μεγάλοι Διδάσκαλοι τῆς ἀνθρωπότητας ἔδωσαν αὐτό τό Λόγο στούς μαθητές τους. Αὐτό εἶναι τό βάπτισμα μέ τό Ἅγιο Πνεῦμα, ὅπως τό θέτει ὁ Χριστός.

Ἡ σχέση μεταξύ τῶν τριῶν σωμάτων καί τῶν πέντε κόσα (καλυμμάτων).

Τό ἀνθρώπινο σῶμα ἀποτελεῖται ἀπό τρία ἐνδύματα: Τό φυσικό, τό ἀστρικό ἤ λεπτό, καί τό αἰτιατό ἤ τό σῶμα τοῦ σπόρου.

Στό φυσικό σῶμα ἔχουμε καί τίς πέντε κόσα ἤ καλύμματα, καί εἶναι γι' αὐτό τό λόγο πού, ὅταν εἴμαστε ξυπνητοί, ἔχουμε κάποια γνώση καί ἐμπειρία καί τῶν πέντε πραγμάτων: μακαριότητας, γνώσης (ἐσωτερικῆς ἤ ἐξωτερικῆς), μνήμης *(ἡ τσίτ* καί οἱ *βρίτι* της ἤ οἱ νοητικές τροποποιήσεις), τῶν πρανικῶν δονήσεων καί τοῦ φυσικοῦ συστήματος.

Καθώς ἀνυψώνεται στό ἀστρικό ἤ λεπτό σῶμα χάνει κανείς τή συνειδητότητα τῆς φυσικῆς ὕπαρξης, ἐνῶ ἡ ψυχή ἔχει νοητικῶς τήν ἐμπειρία τῶν ὑπόλοιπων τεσσάρων καταστάσεων, δηλ., μακαριότητα, ἀντίληψη, μνήμη,καί πρανικές δονήσεις.

Καθώς τό πνεῦμα ἐξακολουθεῖ νά ταξιδεύει ὑψηλότερα στό αἰτιατό σῶμα, ἀκόμη καί ἡ νοητική συσκευή πέφτει καί μένει μόνο ἡ δύναμη τῆς *σμρίτι* (ἐνθύμησης), καί γίνεται αὐτόπτης μάρτυρας καί δίνει μιά περιγραφή τῆς μακαριότητας, τῆς ὁποίας τήν ἐμπειρία εἶχε σ' αὐτή τήν κατάσταση.

Διαίρεση τῆς δημιουργίας σύμφωνα μέ τίς κόσα.

Ὅλα τά ὄντα ἀπό τούς θεούς μέχρι τόν ἄνθρωπο, καθώς καί οἱ ἄλλες μορφές τῆς ζωῆς, συμπεριλαβαινόμενων καί τῶν

φυτῶν, εἶναι ταξινομημένα σέ πέντε κατηγορίες ἀνάλογα μέ τή μιά ἤ τήν ἄλλη ἱκανότητα πού ἐπικρατεῖ:

1. Ὄντα μόνο μέ ἀντίληψη, ὅπως ὁ Μπράχμα, ὁ Βίσνου καί ὁ Μαχές, κ.τ.λ.

2. Ὄντα προικισμένα μέ νοητική ὕλη: ὁ Ἴντρα καί ἄλλες θεότητες, οἱ θεοί καί θέαινες, κ.τ.λ.

3. Ὄντα προικισμένα μέ πρανικές δονήσεις: οἱ *Γιάκσα,* οἱ *Γκαντχάρμπα* καί ἄλλα πνεύματα, κ.τ.λ.

4. Φυσικά ὄντα (Γήινα ὄντα): Ἄνθρωποι, ζῶα, πτηνά, ἑρπετά καί ἔντομα, κ.τ.λ.

Τά πλάσματα πού εἶναι προικισμένα μέ φυσικά σώματα ἔχουν καί τίς πέντε κόσα ἤ καλύμματα σέ διαφορετικούς βαθμούς πυκνότητας (Ἄναντ - μάι, Βίτζιαν - μάι, Μάνο - μάι, Πράν - μάι καί Ἄννα - μάι)· ἐνῶ αὐτά πού εἶναι προικισμένα μέ πρανικές δονήσεις δέν ἔχουν παρά τέσσερεις κόσα, ἀποβάλλοντας τήν Ἄννα - μάι. Ὁμοίως, πλάσματα πού εἶναι προικισμένα μέ νοητική ὕλη δέν ἔχουν παρά τρεῖς, ἀποβάλλοντας ἐπίσης καί τήν Πράν - μάι, καί παρόμοια, τά μέ ἀντίληψη ὄντα δέν ἔχουν παρά δύο, τήν Ἄναντ - μάι καί τήν Βίτζιαν - μάι, καθώς ἔχουν ἀπελευθερωθεῖ ἀπό τά δεσμά τοῦ νοῦ, τίς πράνα καί ἀπό τήν ἀνάγκη τῆς ἄννα ἤ τῆς τροφῆς.

Ὑπάρχει λοιπόν μιά πολύ στενή ἀντιστοιχία μεταξύ τῶν πέντε πρωταρχικῶν στοιχείων (γῆς, νεροῦ, φωτιᾶς, ἀέρα καί αἰθέρα), ἀπό τά ὁποῖα εἶναι καμωμένα τά σώματα, καί τίς πέντε κόσα ἤ καλύμματα. Πραγματικά, οἱ κόσα οἱ ἴδιες εἶναι, λίγο - πολύ, τό ἀποτέλεσμα τῶν πέντε βασικῶν στοιχείων καί προικίζουν τά πλάσματα μέ τίς πέντε ἱκανότητες πού ἀπαριθμήσαμε πιό πάνω.

5. Ἡ ἀπελευθερωμένη ψυχή *(τζίβαν μούκτα)* δέν ἔχει παρά ἕνα διαφανές πέπλο τῆς Ἄναντ - μάι Κόσα. Τό πνεῦμα στήν ἁγνή καί ἀνόθευτη μορφή του εἶναι ὁ δημιουργός, γιατί ὅλη ἡ δημιουργία ἀναβλύζει ἀπό αὐτό, καί εἶναι μερικές φορές γνωστό ὡς *Σάμπτ Μπράχμ.* Εἶναι τό αὐτόφωτο φῶς, αὐτοΰπαρκτο, καί ἡ ἀναίτια αἰτία ὅλων τῶν πραγμάτων ὁρατῶν καί ἀόρατων. Τό πνεῦμα καί ὁ Θεός εἶναι ὅμοιοι στή φύση τους καί

στήν οὐσία τους, δηλ. στή λεπτότητα καί στή μακαριότητα. Αὐτή ἡ μακαριότητα εἶναι ὁ πρῶτος γόνος τῆς ἀλληλοεπίδρασης τῆς ψυχῆς καί τῆς Πρακρίτι, καί καθώς εἶναι ἡ πρωταρχική ἐκδήλωση τῆς Θεότητας μέσα στήν ψυχή, παραμένει ἡ ἐκτενέστερη καί μέχρι τέλους εἶναι στήν πληρότητά της ἀδιάφορα ἀπό τά ἄλλα τέσσερα καλύμματα πού τήν σκεπάζουν καί σκοτεινιάζουν τή λάμψη της. Ἡ μακαριότητα ἐπειδή εἶναι ἡ οὐσιαστική καί ἡ ἀχώριστη ποιότητα τῆς ψυχῆς ὑπάρχει μέσα στήν ἴδια της τή φύση. Καί εἶναι γι' αὐτό τό λόγο πού ἡ ψυχή πού ψάχνει αἰσθάνεται πάντοτε ἀνήσυχη, καί αἰσθάνεται τρομερά τό χαμό τῆς οὐσίας της μέσα στό ἰσχυρό στροβίλισμα τοῦ κόσμου. Γι' αὐτό ὁ Χριστός εἶπε μέ ἔμφαση:

> *Πρόσεχε λοιπόν μήποτε τό φῶς τό ἐν σοί ἦναι σκότος*

ΚΑΤΑ ΛΟΥΚΑ (11:35)

Ἔχοντας λοιπόν χάσει τήν ἐσωτερική μακαριότητα, προσπαθοῦμε νά βροῦμε τήν εὐτυχία στά ἐγκόσμια ἀντικείμενα καί ἔχουμε τίς στιγμιαῖες ἀπολαύσεις ὡς συνώνυμο γιά τήν ἀληθινή εὐτυχία, ἀλλά πολύ γρήγορα ἀπογοητευόμαστε. Αὐτό ὁδηγεῖ στήν ἔμφυτη ἀναζήτηση τῆς πραγματικῆς εὐτυχίας. Εἶναι ἡ αἰώνια ἀναζήτηση μέσα στό ἀνθρώπινο στῆθος, καί ἀπό τίς ἐξωτερικές, ἐφήμερες καί πρόσκαιρες ἀπολαύσεις ἐξαναγκάζεται κανείς νά στρέψει πρός τά μέσα στήν ἀναζήτηση γιά ἀληθινή εὐτυχία. Αὐτό ὁδηγεῖ στήν ἔναρξη ὅλων γενικῶς τῶν διαφόρων συστημάτων τῆς γιόγκα, σύμφωνα μέ τίς ἀτομικές ἀνάγκες τῶν ἀναζητητῶν:

1. Ἄνθρωποι μέ χοντροειδεῖς ροπές, μέ ζωώδη ἔνστικτα, καί πού ἐνδιαφέρονται μόνο γιά τίς διαδικασίες πού δομοῦν τό σῶμα καί γιά τήν ἀνάπτυξη τῆς Ἄννα - μάι - Ἄτμα, καταφεύγουν μέ ἐπιτυχία στή Χάθα Γιόγκα.

2. Ἄνθρωποι πού ὑποφέρουν ἀπό ἀέρα ἤ γαστρικές ἀνωμαλίες, πού ὀφείλονται σέ ἐνοχλήσεις τοῦ *πράν βαγιοῦ* μέσα στό σύστημά τους, μποροῦν νά τίς καταπολεμήσουν μέ τή βοήθεια τῆς Πράν Γιόγκα.

3. Ἄνθρωποι μέ τήν Μάνο - μάι Ἄτμα σέ ὑπεροχή, καί

ὑποφέροντας ἀπό *μάλ, ἀβαράν* καί *βικσέπ*, δηλ. νοητικές ἀκαθαρσίες, ἄγνοια καί τροποποιήσεις τοῦ νοῦ, μποροῦν μέ τή βοήθεια τῆς Ράτζα Γιόγκα νά ὑπερνικήσουν καί νά διαπεράσουν τήν Μάνο - μάι Κός.

4. Ἄνθρωποι προικισμένοι μέ μιά διανοητική κλίση τοῦ νοῦ εἶναι πάντοτε ἀπασχολημένοι στό νά βροῦν τό γιατί καί πῶς τῶν πραγμάτων. Αὐτοί οἱ ἀναζητητές ἀκολουθοῦν τό μονοπάτι τῆς *Βίτζιαν* ἤ Τζνάνα Γιόγκα.

5. Αὐτοί πού ἀνυπομονοῦν νά φύγουν ἀπό τόν κόσμο καί ἀπό ὅλα τά ἐγκόσμια καί ζητοῦν τή μακαριότητα γιά τή μακαριότητα ἔχουν τό μονοπάτι τῆς Ἄναντ Γιόγκα ἤ γιόγκα τῆς Ἀληθινῆς Εὐτυχίας, πού ὀνομάζεται καί Σέχατζ Γιόγκα.

Στή Σέχατζ Γιόγκα, ὁ ἀναζητητής δέν ἔχει νά ὑποβληθεῖ σέ καμία ἀπό τίς αὐστηρές πειθαρχίες πού χαρακτηρίζουν τίς ἄλλες γιόγκα. Αὐτός πρέπει νά ἔχει μιά εἰλικρινή καί ἀκατάπαυστη διακαή ἐπιθυμία γιά τό τέλος τοῦ τέλους, τό στόχο ὅλων τῶν στόχων, καί νά μήν ἱκανοποιεῖται ἁπλῶς καί μόνο μέ τήν κυριαρχία τῶν φυσικῶν καί τῶν νοητικῶν του δυνάμεων. Καί ὅταν ὑπάρχει ἕνας τέτοιος διακαής πόθος, ἀργά ἤ γρήγορα θά βρεῖ, ὅπως ὁ Ραμακρίσνα βρῆκε τόν Τοταπούρι, ἕναν εἰδήμονα γιά νά τόν βάλλει σέ ἐπαφή μέ τό ζωτικό ρεῦμα ζωῆς ἐσωτερικῶς, καί τό ρεῦμα μέ τή δικιά του δύναμη καί ἕλξη θά τόν σύρει πάνω χωρίς κανένα ὑπερβολικό ἀγώνα ἤ προσπάθεια ἀπό μέρους του. Αὐτό εἶναι πού τήν κάνει κατά κάποιο τρόπο τήν πιό εὔκολη ἀπό ὅλες τίς γιόγκα καί γι' αὐτό συχνά ὀνομάζεται Σέχατζ Γιόγκα (ἡ χωρίς προσπάθεια γιόγκα). Μπορεῖ νά ἀσκηθεῖ μέ τήν ἴδια εὐκολία ἀπό ἕνα παιδί ὅσο καί ἀπό ἕναν ἡλικιωμένο ἄνθρωπο· ἀπό μιά γυναίκα ὅσο καί ἀπό ἕναν ἄντρα· ἀπό τόν διανοητικῶς προικισμένο καί εὐφυή ὅσο καί ἀπό τόν ἁπλοϊκό· ἀπό τόν σανιάσιν ὅσο καί ἀπό τόν οἰκογενειάρχη. Εἶναι ἡ συντόνιση τῆς ψυχῆς μέ τό πνευματικό ρεῦμα πού δονεῖται πάντα ἐσωτερικῶς καί γι' αὐτό εἶναι γνωστή ὡς Σούρατ Σάμπτ Γιόγκα, ἤ ἡ Γιόγκα τοῦ Ἠχητικοῦ Ρεύματος.

Μέ αὐτές τίς πρωκαταρκτικές παρατηρήσεις εἴμαστε τώρα

σέ θέση νά συζητήσουμε τό θέμα τῆς γιόγκα μέ τά διάφορα οὐσιαστικά της μέρη ὅπως διδάχτηκε ἀπό τόν Πατάντζαλι, νά καταλάβουμε τό ρόλο πού παίζει τό καθένα, τήν τεχνική πού ὑπάρχει σ' αὐτό, πῶς ἐκτελεῖται κάθε βῆμα καί πόσο βοηθοῦν πρακτικῶς οἱ γιογκικές ἀσκήσεις γιά νά κατορθωθεῖ τό ἐπιθυμητό ἀποτελεσμα — ἡ ἀπελευθέρωση τῆς ψυχῆς ἀπό τά δεσμά τοῦ νοῦ καί τῆς ὕλης — ἔτσι ὥστε νά συνειδητοποιήσει τή δική της δυνητική φύση ὡς ξεχωριστή ἀπό τή σωματική συνειδητότητα καί μετά νά ἀνυψωθεῖ σέ Κοσμική Συνειδητότητα καί ἔπειτα σέ Ὑπέρ - Κοσμική Συνειδητότητα. Εἶναι ἡ ἀπελευθερωμένη Ψυχή πού ἔχει τήν ἐμπειρία τῆς «ἐνημερότητας» στά διάφορα ἐπίπεδα, ἀπό τήν πραγματοποίηση τοῦ «ἑαυτοῦ» ὥς τήν «Κοσμική» καί τελικά τήν «Ὑπέρ - Κοσμική» ἤ αὐτή τοῦ Θεοῦ.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΔΕΥΤΕΡΟ

Γιόγκ Βίντια καί Γιόγκ Σάν-τνα

Τό μονοπάτι τῆς Γιόγκα στή Θεωρία καί στήν Πράξη

1. Ἡ Βάση τῆς Ἀρχαίας Γιόγκα

Καταγωγή καί τεχνική τοῦ συστήματος τῆς γιόγκα

Ἀπο τήν *Γιατζναβάλκυα Σμρίτι*, μαθαίνουμε πώς ὁ Χιρανιαγκάρμπα (Μπράχμα) ἦταν ὁ ἀρχικός δάσκαλος τῆς γιόγκα. Ἀλλά τό σύστημα τῆς γιόγκα, ὡς σύστημα, διαδόθηκε πρῶτα ἀπό τόν Πατάντζαλι, τό μεγάλο διανοούμενο καί φιλόσοφο, στίς *Γιόγκα Σούτρα* του, λίγο καιρό πρίν ἀπό τή Χριστιανική περίοδο. Αὐτό τό γιογκικό σύστημα εἶναι μία ἀπό τίς ἕξι σχολές τῆς Ἰνδικῆς φιλοσοφίας *(Κχάτ Σάστρα)* πού συστηματοποιήθηκαν καί ἀναπτύχθηκαν γιά νά βάλλουν σέ τάξη τήν Ἰνδική σκέψη γιά ὅ,τι ἀφορᾶ τό σύμπαν, τήν ἀτομική ψυχή, καί τήν μεταξύ τους σχέση. Αὐτές οἱ φιλοσοφίες

προέκυψαν ἀπό μιά προσπάθεια γιά τή μεταρρύθμιση καί τήν ἀποκατάσταση τῶν παλιῶν καί πανάρχαιων ἀντιλήψεων πάνω στά ψυχολογικά καί μεταφυσικά θέματα.

Ἡ λέξη *γιόγκα* στήν κοινή ὁμιλία σημαίνει «μέθοδος». Στήν τεχνική της ἔννοια σημαίνει «ζεύξη», ἤ «ἕνωση» τῆς ἀτομικῆς ψυχῆς μέ τήν Ὑπερψυχή ἤ Θεό. Ἡ Ἀγγλική λέξη «γιόουκ» σημαίνει «ἑνώνω» ἤ «συνενώνω» καί «βάζω τόν ἑαυτό μου κάτω ἀπό ζυγό» (πειθαρχία). Σ' αὐτό τό θέμα, τό σύστημα τῆς γιόγκα δηλώνει μιά «μεθοδική πειθαρχία» πού σκοπεύει στό *βιγιόγκ* (ξέζεμα) ἤ τό χωρισμό τῆς ἀτομικῆς ψυχῆς ἀπό τό νοῦ καί τήν ὕλη ἀπό τή μιά μεριά, καί στή *γιόγκ* ἤ στήν ἕνωσή της μέ τόν Μπραχμάν ἀπό τήν ἄλλη. Αὐτή, λοιπόν, σημαίνει καί δηλώνει τήν ἔρευνα γιά τό ὑπερβατικό καί τό θεῖο μέσα στόν ἄνθρωπο, ἤ γιά νά βρεῖ τό «νοούμενο» μέσα στό «φαινόμενο» ἐλαττώνοντας τή φυσική καί μεταφυσική κατάσταση στόν πιό οὐσιαστικό τους κοινό παράγοντα, τή βάση καί τό ὑπόστρωμα ὅλων ὅσα ὑπάρχουν, εἴτε ὁρατά εἴτε ἀόρατα. Γι' αὐτό, οἱ μέθοδοι τῆς γιόγκα μεταχειρίζονται ἕνα σύστημα πού θέλει πολύ μεγάλη προσπάθεια, ἐπίμονο, κοπιαστικό καί σκληρό ἀγώνα γιά νά φτάσει κανείς στήν τελειότητα μέσο τοῦ ἐλέγχου τοῦ φυσικοῦ σώματος, τοῦ ἀεικίνητου νοῦ, τοῦ ἀντεπιβαλλόμενου ἐγώ ἤ τῆς θέλησης, τῆς ἐρευνητικῆς καί ἐξεταστικῆς διάνοιας, τῶν πρανικῶν δονήσεων, τῶν ἀνήσυχων ἱκανοτήτων καί τῶν ἰσχυρῶν αἰσθήσεων. Ἀλληγορικῶς, ἡ τωρινή κατάσταση τῆς ἀτομικοποιημένης ψυχῆς περιγράφεται ὡς ἑξῆς: ὅτι ἱππεύει στό ἅρμα τοῦ σώματος, μέ τή θαμπωμένη διάνοια γιά ἡνίοχο, τόν παθιασμένο νοῦ γιά χαλινάρι καί τίς αἰσθήσεις γιά τά δυνατά ἄγρια ἄλογα πού τρέχουν κατακέφαλα μέ ὁρμή μέσα στόν ἀγρό τῶν ἀντικειμένων τῶν αἰσθήσεων καί τῶν αἰσθησιακῶν ἀπολαύσεων. Ὅλο αὐτό δείχνει ὅτι ἕνας σπουδαστής τῆς γιογκικῆς πειθαρχίας ἔχει νά ἀναλάβει μιά πορεία μιᾶς ὑπερβολικά αὐστηρῆς καί συστηματικῆς δραστηριότητας γιά νά τόν βοηθήσει νά ἀπροσωποποιήσει τήν ψυχή καί νά τήν ἀπελευθερώσει ἀπό ὅλα τά περιοριστικά συνακόλουθα τῆς ζωῆς, φυσικῆς, νοητικῆς καί

ὑπερνοητικῆς, καί μετά νά τή φέρει σέ ἐπαφή μέ τή δύναμη τοῦ Θεοῦ καί νά κατορθώσει τήν ἕνωση μέ τό Θεό.

Ἡ λέξη *γιόγκα* δέν πρέπει ὅμως νά συγχέεται μέ τή *γιόγκ-μάγια* καί τίς «γιογκικές δυνάμεις» πού δηλώνουν ἀντιστοίχως τήν ὑπέρτατη Δύναμη τοῦ Θεοῦ "αὐτή καθεαυτή" (πού δημιουργεῖ, ἐλέγχει καί συντηρεῖ ὁλόκληρη τή δημιουργία), καί τίς ψυχικές δυνάμεις *(Ρίντι* καί *Σίντι)* πού μπορεῖ νά ἀποκτήσει κανείς στό μονοπάτι τῆς γιόγκα. Ἐπίσης, ἡ *γιόγκ Βίντια* ἤ ἡ ἐπιστήμη τῆς γιόγκα ἔχει μιά διπλή ἄποψη· τή φυσική καθώς καί τήν πνευματική. Στήν πρώτη ἔφτασε νά σημαίνει ἕνα γιογκικό σύστημα φυσικῆς ἀγωγῆς πού ἔχει ὡς σκοπό τή γενική ἀνάπτυξη τῶν διαφόρων συνθετικῶν μερῶν τοῦ ἀνθρώπινου σώματος. Ἀλλά ἐδῶ ἀσχολούμαστε μέ τήν πνευματική ἄποψη τῆς γιόγκα πού ἔχει ὡς σκοπό τήν εὐδαιμονία τοῦ πνεύματος ἤ τῆς ψυχῆς, τήν πραγματική ἀρχή - ζωῆς μέσα στόν ἄνθρωπο, πού εἶναι τώρα παραμελημένη καί ἀγνοημένη. Ὁ ὅρος *γιόγκα*, λοιπόν, μέ αὐτή τήν ἔννοια, πρέπει νά εἶναι αὐστηρά καθηλωμένος σέ ἕνα ἀπό τά συστήματα τῆς φιλοσοφικῆς σκέψης ὅπως προέρχεται ἀπό τίς Βέδες, καί πραγματεύεται μέ τό μοναδικό θέμα τοῦ νά ξανακερδίσει κανείς τήν ψυχή του (μέσο πνευματικῆς πειθαρχίας), πού εἶναι τώρα χαμένη μέσα στή δραστηριότητα τοῦ νοῦ καί τῆς ὕλης, μέ τά ὁποῖα ταύτισε τόν ἑαυτό της ἐξαιτίας τοῦ μακρύ καί συνεχή συνδέσμου γιά αἰῶνες καί αἰῶνες. Γιόγκα, μέ λίγα λόγια, σημαίνει μιά τεχνική ἐπαναπροσανατολισμοῦ καί παλινόρθωσης τοῦ πνεύματος πού εἶναι μέσα στόν ἄνθρωπο, ἡ χαμένη ἤπειρος τοῦ ἀληθινοῦ του ἑαυτοῦ.

Βασικές ἀντιλήψεις

Ἡ Γιόγκα προϋποθέτει δύο παράγοντες πού εἶναι ὑπεύθυνοι γιά τή δημιουργία τοῦ κόσμου: (1) Τόν *Ἰσουάρ* ἤ Θεό καί (2) τήν *Ἀβίντια* ἤ Μάγια. Ἐνῶ ὁ πρῶτος εἶναι ὅλο εὐφυΐα, ἡ τελευταία εἶναι τελείως τό ἀντίθετο. Καί ὁ ἄνθρωπος ἐπίσης εἶναι ἕνας συνδυασμός αὐτῶν τῶν δύο βασικῶν ἀρχῶν. Ἡ *τζίβα* ἤ ἡ ἀτομική ψυχή ἄν καί οὐσιαστικά εἶναι τῆς ἴδιας οὐ-

σίας μέ αὐτή τοῦ Θεοῦ, εἶναι κλεισμένη μέσα στό νοῦ καί τήν ὕλη. Ἡ ψυχή, ἔτσι ὅπως εἶναι περιορισμένη μέσα στόν κόσμο τοῦ χρόνου, τοῦ διαστήματος καί τῆς αἰτίας, δέν ἔχει παρά μιά ἀτελή, ἀντίληψη, καί δέν μπορεῖ νά δεῖ τήν πραγματικότητα, τό *ἄτμαν* ἤ τό Θεῖο Ἔδαφος, πάνω στό ὁποῖο στέκεται καί ἀπό τό ὁποῖο παίρνει τή φωτεινότητά της. Ἐνῶ ὁ *ἀντακαράν*, ἤ ὁ νοῦς, εἶναι ὁ ἀντανακλαστής, τό ἄτμαν εἶναι ὁ φωτιστής, τοῦ ὁποίου τό φῶς ἀντανακλᾶται μέσο τῶν αἰσθήσεων πού ἀντιλαμβάνονται τόν κόσμο. Ὁ κόσμος λοιπόν εἶναι ἡ σύνδεση αὐτοῦ πού «βλέπει» καί αὐτοῦ πού «βλέπεται». Ἡ ἀποκόλληση αὐτῆς τῆς σύνδεσης εἶναι ἡ διαφυγή, καί ἡ τέλεια διόραση εἶναι τό μέσο τῆς διαφυγῆς. Ἡ σωτηρία λοιπόν ἔγκειται στήν ἀπομόνωση αὐτοῦ πού βλέπει ἀπό αὐτό πού βλέπεται, ἡ πλήρης ἀποκόλλυση τοῦ ὑποκειμενικοῦ ἀπό ὅλα ὅσα εἶναι ἀντικειμενικά: φυσικά, νοητικά, καί αἰτιατά, ἔτσι ὥστε ὁ «Ἑαυτός» πού εἶναι αὐτός πού βλέπει, νά μπορέσει νά δεῖ τόν ἑαυτό του στή δική του φωτεινότητα ἤ στό «Φῶς τοῦ Κενοῦ» ὅπως ὀνομάζεται.

Γιά νά ἐλευθερώσει τήν ἀτομική ψυχή ἀπό τίς παγίδες τοῦ νοῦ καί τῆς ὕλης, ἡ γιόγκα ἐπιμένει (1) στήν αὐτοσυγκέντρωση, καί (2) στήν ἐνεργή προσπάθεια ἤ ἀγώνα, πού περιλαβαίνει τήν ἐκτέλεση γυμνασμάτων λατρείας καί νοητική πειθαρχία. Ἡ ἀνώτατη μορφή ὕλης εἶναι ἡ *τσίτ*, ἡ ἀχανής λίμνη τῶν ἐξιδανικευμένων ἐντυπώσεων, καί ἡ γιόγκα ἔχει ὡς σκοπό τήν ἀπελευθέρωση τοῦ ἐσωτερικοῦ ἀνθρώπου ἤ τοῦ πνεύματος ἀπό αὐτά τά δεσμά. Εἶναι ἡ πιό ἐκλεπτισμένη καί ἐξαϋλωμένη ἀρχή μέσα στήν ὕλη πού ἀποτελεῖ τήν τσίτ ἤ τό μικρό ἑαυτό (τό ἐγώ) μέσα στόν ἄνθρωπο. Ἄν καί αὐτό τό ἴδιο εἶναι οὐσιαστικά ἀσυνείδητο, εἶναι ὑποκείμενο σέ τροποποιήσεις ἀπό τή λειτουργία τῶν τρίπτυχων *γκούνα*. Ἔχει ἐπίσης τήν ἱκανότητα νά συστέλλεται καί νά ἐπεκτείνεται ἀνάλογα μέ τή φύση τοῦ σώματος μέσα στό ὁποῖο διαμένει ἀπό καιρό σέ καιρό, ἤ σύμφωνα μέ τίς περιστάσεις πού τό περιβάλλουν.

Αὐτή ἡ *τσίτ* ἤ νοῦς, ἄν καί φαινομενικά περιορισμένος μέσα σέ κάθε ἄτομο, εἶναι πράγματι ἕνα μέρος τοῦ παγκόσμιου

νοῦ πού διαπερνᾶ τά πάντα. Τά συστήματα τῆς γιόγκα ἔχουν ὡς σκοπό νά μεταμορφώσουν τόν περιορισμένο καί κάτω ἀπό ὅρους νοῦ σέ ἀπεριόριστο καί χωρίς ὅρους Παγκόσμιο νοῦ, ἀναπτύσσοντας τή *σάτβα* (ἁγνή) γκούνα καί ὑποτάσσοντας τίς *ράτζα* (δραστήρια) καί *τάμα* (πυκνή) γκούνα. Σ' αὐτή τήν κατάσταση οἱ γιόγκι ἀποκτοῦν παντογνωμοσύνη, καθώς εἶναι ἕνα μέ τόν Παγκόσμιο νοῦ *(Μπραχμάντι ἤ Νίτζ μάνας)*. Ἡ Τσίτ εἶναι ὁ ἀντανακλαστικός καθρέπτης τῆς ψυχῆς, καί ὑπάρχει ὡς *τσεϊτάν μάγια*, ἡ ὕλη ζωογονημένη ἀπό ψυχή, ἡ ὁποία εἶναι αὐτόφωτη καί στῆς ὁποίας τό πνευματικό φῶς γίνεται ὕλη ἡ ἀντίληψη, συμπεριλαβαινόμενου καί τοῦ φωτός τῆς γνώσης, νοητικῆς καί ὑπερνοητικῆς. Οἱ ἐξιδανικευμένες ἐντυπώσεις μέσα στήν τσίτ δημιουργοῦν ἐπιθυμίες καί ἐνδιαφέρον πού μέ τή σειρά τους παράγουν δυνάμεις, καί αὐτές ὁδηγοῦν στήν προσωπικότητα, θέτοντας ἔτσι τόν τροχό τοῦ κόσμου σέ αἰώνια κίνηση. Μιᾶς καί ἡ ψυχή ἀπελευθερωθεῖ ἀπό τά: *τσίτ, μάνας, μπούντι* καί *ἄχανκαρ,* ἔρχεται στόν ἑαυτό της, καί γίνεται χωρίς πάθη καί ἀπρόσωπη. Αὐτή εἶναι ἡ ἀπελευθέρωση πού ἡ γιόγκα ὑπόσχεται στούς γιόγκι. Μέ αὐτό τό χωρισμό ἀπό τόν τετράπτυχο δεσμό τοῦ νοῦ, ἡ ἐνσωματωμένη ψυχή *(τζίβα)* γίνεται μιά ἀπελευθερωμένη ψυχή *(ἄτμαν)*, μή - ἀτομικοποιημένη, αὐτόφωτη, καί ἔτσι κατορθώνει τήν πραγματοποίηση. Ἡ «Αὐτογνωσία» λοιπόν εἶναι ὁ ἀνώτατος στόχος τῆς γιόγκα.

2. Τό Μονοπάτι καί τά Παρακλάδια τῆς Ἄστανγκ Γιόγκα

Ἡ γιογκική τέχνη εἶναι μακριά, τραχιά καί δύσκολη. Ἡ πραγματικότητα τοῦ ἑαυτοῦ βρίσκεται θαμμένη κάτω ἀπό τίς συσσωρεύσεις τοῦ νοῦ, πού ἀποτελεῖται ἀπό *μάλ, ἀβαράν* καί *βικσέπ*, δηλ. ρυπαρότητα ἤ ἀκαθαρσίες, ἄγνοια τῶν πραγματικῶν ἀξιῶν τῆς ζωῆς, καί συνεχεῖς ταλαντεύσεις ἤ παραλλαγές μέσα στήν τσίτ. Τό νοητικό στρῶμα πρέπει λοιπόν νά καθαρι-

στεῖ ἀπό ὅλα αὐτά, νά εἰσδύσει κανείς μέσα σ' αὐτό καί νά τό διαπεράσει γιά νά βρεῖ τή θεία φύση τοῦ ἑαυτοῦ ἤ τό *ἄτμαν*. Γιά νά κατορθωθεῖ αὐτό, πρέπει κανείς νά νικήσει τίς ἐπιθυμίες, νά ἀναπτύξει σταθερότητα τῆς σκέψης, νά καλλιεργήσει ἀρετές, ὅπως: ἐγκράτεια, ἀποχή, ἠπιότητα, εὐθύτητα, κ.τ.λ. καί νά ἀναπτύξει *βεράγκια*,, ἤ μή προσκόλληση.

Γιά νά ὑπερνικηθοῦν τά ἐμπόδια καί νά πραγματοποιηθεῖ ὁ ἑαυτός, ὁ Πατάντζαλι, κάνει μιά ἐπεξεργασμένη ἔκθεση αὐτοῦ πού ὀνομάζει *Ἄστανγκ Γιόγκα*, ὁρίζοντας μιά ὀκτάπτυχη μέθοδο πού ἀποτελεῖται ἀπό: (1) *Γιάμα*, (2) *Νιγιάμα*, (3) *Ἀσάνα*, (4) *Πραναγιάμ*, (5) *Πρατυαχάρα*, (6) *Ντάρμα*, (7) *Ντιάν* καί (8) *Σαμάντι*.

I-II ΓΙΑΜΑ ΚΑΙ ΝΙΓΙΑΜΑ

Γιάμα: Ὁ ὅρος *γιάμα* κατά λέξη σημαίνει ἐξορίζω, διώχνω, βγάζω ἔξω, ἀποβάλλω, ἤ ἀπομακρύνω. Ὑποδηλώνει ἀποχή ἀπό τά πάθη καί τίς κακές σκέψεις, ἤ μή παραδοχή κακῶν ἐντυπώσεων πού μπορεῖ νά τείνουν στό νά ἀδυνατίσουν τό νοῦ ἤ τή θέληση.

Νιγιάμα: Ὁ ὅρος *νιγιάμα* ἀντιθέτως, σημαίνει παραδοχή, καλλιέργεια, τήρηση καί ἀνάπτυξη θετικῶν ἀρετῶν, φιλοξενία καλῶν αἰσθημάτων, καί ἀπορρόφηση αὐτῶν τῶν ἀρετῶν μέσα στό νοητικό μας σύστημα.

Αὐτές οἱ δύο λέξεις, λοιπόν, σημαίνουν τήν ταυτόχρονη ἀπόρριψη τοῦ κακοῦ, καί τήν ἐπίμονη καλλιέργεια καί παραδοχή τοῦ καλοῦ, ἀντιστοίχως. Ὁ Πατάντζαλι ἀπαριθμίζει αὐτές τίς ἀποχές καί τηρήσεις ὡς *ἀχίμζα* (ὄχι βλάβη), *σάτια* (φιλαλήθεια), *ἀστέγια* (νά μή κλέβει κανείς) *μπραχματσάρια* (ὄχι σεξουαλισμό) καί *ἀπριγκρέχα* (ὄχι ἀπληστία ἤ ὄχι μανία κατοχῆς).

Γιά ὅτι ἀφορᾶ τήν ἀποχή λέγεται:

(1) Αὐτός πού εἶναι ριζωμένος στήν *ἀχίμζα*, δέν ἔχει ἐχθρούς.
(2) Αὐτός πού εἶναι ἀγκυροβολημένος στή *σάτια*, τά λόγια του δέν μπορεῖ παρά νά βγοῦν ἀληθινά καί νά καρποφορήσουν.

Μερικά Γιάμα καί Νιγιάμα

ΓΙΑΜΑ	ΝΙΓΙΑΜΑ
Ἀποχή ἀπό τά ἑξῆς:	*Παραδοχή καί τήρηση τῶν ἑξῆς:*
1. Ἄρνηση τοῦ Θεοῦ.	Πίστη στό Θεό καί στή Θεία δύναμη.
2. Αὐτοκατάχρηση.	Αὐτοέλεγχο καί ἁγνότητα (*Μπραχματσάρια*, ἤ ἁγνότητα στίς σκέψεις, στά λόγια καί στίς πράξεις).
3. Οἱ πόροι ζωῆς νά εἶναι μέ ἄτιμα καί δόλια μέσα.	Νά κερδίζει κανείς τό ψωμί του μέ τίμια καί εἰλικρινῆ μέσα.
4. Ἀνθυγιεινές καί ὄχι καθαρές συνθῆκες ζωῆς, καί ἐσωτερικῶς καί ἐξωτερικῶς.	Καθαριότητα: ἐσωτερική, μέ τήν πόση νεροῦ καί ὀξυγόνωση κ.τ.λ., καί ἐξωτερική, μέ τακτικά λουτρά τοῦ δέρματος, τῶν μηρῶν, ἡλιόλουτρα καί ἀερόλουτρα κ.τ.λ. καί ὑγιεινές συνθῆκες ζωῆς σέ ὑγιεινό περιβάλλον.
5. Νά βλάπτουμε τούς ἄλλους μέ τίς σκέψεις, τά λόγια καί τῆς πράξεις (*χίμζα*).	Ὄχι, βλάβη μέ τίς σκέψεις, τά λόγια καί τίς πράξεις (*ἀχίμζα*).
6. Νά λέμε ψέμματα, νά ἐξαπατοῦμε καί νά εἶμαστε ἄπληστοι.	Νά καλλιεργοῦμε τήν ἀλήθεια, τήν εἰλικρίνεια καί τή φιλανθρωπία.
7. Ἀνυπομονησία, τσιγγουνιά καί ἐγωισμός.	Ὑπομονή, ἱκανοποίηση καί ἀνιδιοτελής ἐξυπηρέτηση.
8. Αὐτοεπιβολή καί ἐγωκεντρικότητα.	Ταπεινοφροσύνη καί αὐτοπαράδοση.

(3) Αὐτός πού εἶναι ἐγκαταστημένος στήν *αστέγια*, εἶναι ἕνας ἀληθινός φίλος τῆς φύσης, καί ἡ φύση τοῦ προσφέρει ἁπλόχερα ὅλα της τά πλούτη.

(4) Αὐτός πού ἀσκεῖ *μπραχματσάρια* ἀποκτᾶ ἀπόλυτη δύναμη.

(5) Αὐτός πού ἀσκεῖ *απριγκρέχα*, λύνει τό αἴνιγμα τῆς ζωῆς, καί γι' αὐτόν τό παρελθόν, τό παρόν καί τό μέλλον εἶναι ὅπως ἕνα ἀνοιχτό βιβλίο.

Οἱ πέντε τηρήσεις εἶναι: *Σώτσα* (ἁγνότητα τοῦ σώματος καί τοῦ νοῦ), *Σαντός* (ἱκανοποίηση), *Τάπα* (στερήσεις γιά μετάνοια), *Σβαντχιάγια* (μελέτη τῶν γραφῶν συμπεριλαβαίνοντας *τζάπα* κ.τ.λ.) καί *Πρασάντνα* ἤ *Ἰσβάρα Πρανιντχάνα* (σκέψεις συντονισμένες μέ τό Θεό, καί ἀπόλυτη ἐξάρτηση ἀπό τό Θεό).

(α) Ἡ *Σώτσα* φέρνει καθαριότητα καί ἀντιπάθεια γιά *Σπάρσα* (ἐπαφή μέ τό σῶμα ἑνός ἄλλου).

(β) Ἡ *Σαντός* κάνει τόν ἄνθρωπο νά εἶναι ἱκανοποιημένος καί ἔτσι εἶναι νοητικῶς πλούσιος.

(γ) Ἡ *Τάπα* ἀπαλλάσσει ἀπό ὅλες τίς ἀκαθαρσίες καί παρέχει ὑπερφυσικές δυνάμεις (π.χ. νά διαλύει κανείς τόν ἑαυτό του σέ μόρια, νά χάνει τή βαρύτητα, νά γίνεται παν-γρήγορος, νά μπορεῖ νά μπαίνει ἀμέσως σέ ὁποιοδήποτε τόπο, νά ἐκπληρώνονται ὅλες του οἱ ἐπιθυμίες, νά διαπερνᾶ τά πάντα, νά ἀποκτήσει θεῖες δυνάμεις, νά ἔχει στόν ἔλεγχό του ὅλα τά ὄντα καί τά στοιχεῖα μέσα στή φύση, κ.τ.λ.). Ὅλα αὐτά ἔρχονται ἀπό μόνα τους μέ τό νά διανοεῖται καί νά συγκεντρώνεται κανείς πάνω στό ἀντίθετο ἀπό ὅ,τι πράγματι ἐπιθυμεῖ.

(δ) Ἡ *Σβαντχιάγια* προσωποποιεῖ τή θεότητα πού λατρεύεται.

(ε) Ἡ *Ἰσβάρα Πρανιντχάνα* φέρνει χορτασμό καί μή ἐπιθυμία.

Στίς Οὐπανισάδες, ὅμως, καθεμιά ἀπό αὐτές τίς ὁμάδες ἀποτελεῖται ἀπό δέκα ἀποχές καί τηρήσεις. Ἔτσι ἡ *απριγκρέχα* στήν πρώτη κατηγορία ἀντικαταστάθηκε μέ τήν καλοσύνη, τήν εὐθύτητα, τή συγχώρηση, τήν καρτερία, τήν ἐγκρά-

τεια καί τήν ἁγνότητα. Ὅμοια στή δεύτερη κατηγορία ἡ *σώτσα* ἀντικαταστάθηκε ἀπό τήν πίστη, τή φιλανθρωπία, τή σεμνότητα, τήν ἐξυπνάδα, τήν *τζάπα* καί τίς νηστεῖες. Ὅμως, καί στίς δύο περιπτώσεις, τό τέλος εἶναι ἡ *σαντακάρ* ἤ ὁ εὐθύς τρόπος ζωῆς, πού ἑτοιμάζει τό δρόμο γιά τήν ἐσωτερική πνευματική ἀνάπτυξη. Οἱ κατάλογοι τῶν ἀρετῶν πού πρέπει νά ἀποκτηθοῦν καί τῶν ἐλαττωμάτων πού πρέπει νά ἀπορριφθοῦν μπορεῖ νά διαφέρουν ἀπό δάσκαλο σέ δάσκαλο ἀλλά ὁ σκοπός εἶναι πάντα ὁ ἴδιος. Ἔτσι, ὁ Μανού ἐξηγεῖ τίς ἀρχές τῆς *σαντακάρ* ἤ *ντάρμα* μέ τούς ὅρους τῶν δικῶν του κατηγοριῶν.

Οἱ ἀσκήσεις τῶν γιάμα καί νιγιάμα — τῶν ἀποχῶν καί τηρήσεων — κάνουν τή *σαντακάρ* ἤ τήν ὀρθή συμπεριφορά, πού ἀποτελεῖ τό λίκνο ὅλων τῶν θρησκειῶν τοῦ κόσμου. Ὁ Μανού μᾶς δίνει τήν οὐσία τῆς ντάρμα ὡς *ἀχίμζα, σάτια, στεγιάμ, σώτσαμ, ἰντρίγια νιγκρέχα* (ὄχι βλάβη, φιλαλήθεια, ἁγνότητα, ὀρθός τρόπος ζωῆς καί ἔλεγχο τῶν αἰσθήσεων).

Σύμφωνα μέ τόν Σαντάλια Ρίσι, ὁ κατάλογος περιλαβαίνει:

(α) *Σώτσα* (ἐξωτερική καθαριότητα τοῦ σώματος μαζί μέ αὐτή τοῦ τόπου καί τῆς κατεύθυνσης, καί ἐσωτερική ἁγνότητα τῶν σκέψεων, τῶν αἰσθημάτων καί τῶν συναισθημάτων).

(β) *Ντάγια* (ἔλεος καί εὐσπλαχνία γιά ὅλα τά ζωντανά ὄντα σέ ὅλες τίς περιπτώσεις).

(γ) *Ἀρτζάβα* (ἰσορροπημένο καί σταθερό νοῦ σέ ὅλες τίς πράξεις καί κάτω ἀπό ὅλες τίς συνθῆκες).

(δ) *Ντρίτι* (ὑπομονή καί καρτερία σέ ὅλες τίς περιπτώσεις).

(ε) *Μίτ - ἀχάρα* (πειθαρχημένη ζωή ἐγκράτειας γενικά, καί εἰδικά στήν τροφή καί τό ποτό).

Καί στήν *Μπαγκαβάντ Γκίτα* ἐπίσης, ὁ Θεός Κρίσνα δίνει μεγάλη ἔμφαση στήν ἄσκηση τῶν γιάμα καί νιγιάμα.

Ἐπίσης καί ὁ φιλεύσπλαχνος Βούδας ὅρισε γιά τούς ὀπαδούς του τό εὐγενικό Ὀκτάπτυχο Μονοπάτι τῆς Εὐθύτητας, πού περιλάβαινε ὀρθές ἀπόψεις (γνώση), ὀρθές φιλοδοξίες (ἀποφασιστικότητα), ὀρθή ὁμιλία, ὀρθή διαγωγή (συμπεριφο-

ρά), ὀρθούς πόρους ζωῆς, ὀρθή προσπάθεια (κατάλληλο ἀγώνα) ὀρθή νόηση (σκέψη καί ἀντίληψη) καί ὀρθή διανόηση (ἀπορρόφηση) καί πάνω ἀπό ὅλα ἔδωσε μεγάλη ἔμφαση στό σωστό σύνδεσμο ἤ συντροφιά τῶν ἁγίων, «τούς νικητές τῆς Ἀλήθειας καί τούς ξεσηκωτές τῆς πίστης» οἱ ὁποῖοι μέσο μιᾶς διαδικασίας διύλισης (ἀπόσταξης) ἐνσταλάζουν πίστη καί λατρεία μέσα στό νοῦ αὐτῶν πού φιλοδοξοῦν.

Ὁ Μπίκκχου Μπουντχαρακκίτα, ἐνῶ περιγράφει στούς σύγχρονους ἀναγνῶστες, τό *Ματζχίμα Πατιπάντα,* τό Μεσαῖο Μονοπάτι, ἤ τό Χρυσό Μέσο μεταξύ τῶν δύο ἀκρότητων τῆς αὐτοκατάχρησης καί τοῦ αὐτοβασανισμοῦ, μᾶς δίνει τή Βουδιστική πορεία τῆς ἐξέλιξης καί τῆς πειθαρχίας μέσο τῆς *μπχάβα,* δηλ:

1. *Σίλα Μπάβνα:* Ἠθική ἁγνότητα.
2. *Τσίτα Μπάβνα:* Νοητική ἁγνότητα.
3. *Πράγγνα Μπάβνα:* Διαισθητική διόραση.

Ὁ ἴδιος συγγραφέας τονίζει τήν ἀνάγκη τῆς ἀνάπτυξης *σίλα* ἤ ἠθικῆς ἐξάγνισης ὡς τή βάση γιά τά πάντα, εἴτε στήν ἐγκόσμια ζωή ἤ στήν πνευματική πρόοδο. Ὁ Βούδας κήρυξε ὅτι πέντε ὀφέλη προκύπτουν στόν ἀληθινά ἐνάρετο: καλή τύχη μέσο τῆς ἐργατικότητας, καλό ὄνομα στήν κοινωνία, σεβασμός σέ ὅλες τίς συναθροίσεις, καθαρή συνείδηση ὥς τό τέλος, καί ἐπαναγέννηση μέ μιά εὐτυχισμένη μοίρα.

Τό ἐλάχιστο βασικό γιά τό Βουδιστή κοινό ἄνθρωπο εἶναι οἱ πέντε ἐντολές, ἤ *Πάντς Σίλα,* πού κάνουν τήν ὀρθή διαγωγή ἤ συμπεριφορά, ἕνα ἀπό τά σπουδαία βήματα στό ὀχτάπτυχο μονοπάτι ὅπως περιγράφηκε πιό πάνω. Αὐτές εἶναι: ἀποχή ἀπό τό φόνο, τήν κλεψιά, τή σεξουαλική κατάχρηση, τό ψέμα, καί τήν πόση μεθυστικῶν οἰνοπνευματοδῶν ποτῶν, καί συγχρόνως μέ αὐτά τήρηση τῶν θετικῶν ἀρετῶν: *μέτρι* (φιλία πρός ὅλους), *ντάαν* (φιλανθρωπία), *μπραχματσάρια* (ἁγνότητα), ἐμμονή στήν ἀλήθεια καί ἐγκράτεια. Στίς Πάντς Σίλα τοῦ Βούδα, βρίσκουμε ἕνα ἀκριβή παραλληλισμό τῶν γιάμα καί νιγιάμα ὅπως ὁρίστηκαν ἀπό τούς παλιούς.

Ἡ σίλα, ἤ ἡ διαδικασία τῆς ἐξάγνισης, στηρίζεται πάνω

στά δύο θεμελιώδη: *χίρι*, συνείδηση, καί *ὀττάππα*, ντροπή· γιατί τό ἕνα ἀπορρίπτει τό κακό ἀπό αὐτοσεβασμό (φιλότιμο) καί δισταγμό ἀπό τή μιά μεριά, καί τηρεῖ σεβασμό γιά τόν ἄλλο, ἐνῶ τό ἄλλο φοβᾶται τήν κατηγορία ἤ τήν ἐπίκριση. Τό ἀποτέλεσμα εἶναι ὅτι ἀναπτύσσει κανείς σεμνότητα μαζί μέ εὐθύτητα καί εὐπρέπεια. Ὅ,τι εἶναι ἀληθινό στή Βουδιστική σκέψη εἶναι ἐπίσης ἀληθινό καί στή Τζεϊνική σκέψη, ἡ ὁποία ὁρίζει τούς πέντε ὅρκους τῶν: ὄχι βιαιότητα, ὄχι κλεψιά, ὄχι ἀπληστεία, φιλαλήθεια καί ἁγνότητα.

Αὐτή ἡ δίπτυχη ἔμφαση στίς γιάμα καί νιγιάμα δέν εἶναι ἁπλῶς καί μόνο μιά ἰδιοσυγκρασία τῆς ἀρχαίας Ἰνδικῆς σκέψης. Πρέπει νά τηρεῖται ἀπό ὅλους τούς ἀνθρώπους ὁποτεδήποτε ζητοῦν δραστήρια τή θρησκευτική ἐμπειρία. Ἔτσι ὅταν ἐξετάσουμε τήν ἀνάπτυξη τῆς Ἰουδαϊκῆς καί τῆς Χριστιανικῆς σκέψης, ἐρχόμαστε ἀντιμέτωποι μέ τό ἴδιο φαινόμενο. Ὁ Μωυσῆς ἔθεσε τίς δέκα ἐντολές πού σημείωναν τίς ἀδυναμίες πού ἔπρεπε ν' ἀποφεύγονται δηλ, τή λατρεία θεῶν καί θεοτήτων, τό χάραγμα εἰκόνων πού παριστάνουν τό Θεό, μάταιη ἐπανάληψη τῶν ὀνομάτων τοῦ Θεοῦ, τή βεβήλωση τοῦ Σαββάτου, τήν ἀτίμωση τῶν γονιῶν, τήν ἐκτέλεση ἀποτρόπαιων κακουργημάτων ὅπως φόνος, μοιχεία καί κλεψιά, καί τελικά, κοινωνικά κακά ὅπως ψευδομαρτυρία καί νά ἐπιθυμεῖ κανείς τό σπίτι τοῦ πλησίον του ἤ τή γυναίκα του ἤ τά ὑπάρχοντά του (Ἔξοδος 20: 4-17). Ἀφέθηκε στόν Ἰησοῦ νά συμπληρώσει τήν εἰκόνα ὅταν τόνισε τίς ἐντολές πού πρέπει νά ἀναπτυχτοῦν, στούς δέκα μακαρισμούς του: ἁπλότητα τοῦ πνεύματος, θρῆνος, πραότητα, πεῖνα καί δίψα γιά εὐθύτητα, ἔλεος, ἁγνότητα τῆς καρδιᾶς, νά εἶναι κανείς εἰρηνιστής, νά ὑποφέρει τό διωγμό χάρη τῆς εὐθύτητας καί νά ὑπομένει ἤρεμα ὅλων τῶν εἰδῶν τίς βλαστήμιες καί τίς συκοφαντίες (κατά Ματθαῖο 5:1-11). Δέν ἦταν ἄδικο πού ἀξιώσε: «Δέν ἦρθα νά καταλύσω τό νόμο ἀλλά νά ἐκπληρώσω τό νόμο». Τά διδάγματα τοῦ Ἰσλαμισμοῦ τονίζουν στή *σαριάτ* (ἠθική νουθεσία). *τάουμπα* (μετάνοια), *φάκρ* (αὐταπάρνηση), *ταζκίγια-ι-νάφς* (ὑποδούλωση τῶν αἰσθήσεων), *ταουακάλ* (ἐμπιστοσύνη στό

Θεό), *ταουχίντ* (ἑνότητα) καί *ζίκρ* (πνευματική πειθαρχία), ἐνῶ οἱ Σίκχ Γκουρού (ὁρίζοντες καλλιέργεια τῶν βασικῶν ἀρετῶν ὅπως ἁγνότητα, ὑπομονή, κατανόηση, φόβο τοῦ Θεοῦ, στερήσεις μετάνοιας, ἀγάπη καί φιλευσπλαχνία), ἐρχόμενοι πολύ ἀργότερα, ἀποκαλύπτουν ἕνα παρόμοιο σχέδιο. Ὁ Γκουρού Νανάκ, μέ λίγα λόγια, ἔθεσε πάνω ἀπο ὅλα τό νά ζεῖ κανείς ἀληθινά:

> *Ἡ ἀλήθεια εἶναι ἀνώτερη ἀπό ὅλα τά πράγματα*
> *Ἀλλά ἀκόμη ἀνώτερο εἶναι τό νά ζεῖ κανείς ἀληθινά.*
>
> **ΣΡΙ ΡΑΓΚ**

Γιατί πρέπει νά εἶναι ἔτσι, δέν εἶναι δύσκολο νά τό καταλάβουμε. Γιά νά μπορέσει κανείς νά προοδεύσει πνευματικά, ἡ εἰρήνη καί ἡ ἁρμονία τοῦ νοῦ εἶναι ἀπολύτως ἀναγκαία. Ὅσο εἶναι κανείς σκλάβος αὐτῆς τῆς ἐπιθυμίας ἤ ἐκείνης, ἡ ἁρμονία εἶναι ἀδύνατη. Γι' αὐτό, πρέπει κανείς νά ξεριζώσει ὅλες τίς ἐπιθυμίες πού ὁδηγοῦν τόν ἑαυτό μακριά ἀπό αὐτή τήν ἁρμονία. Ἀλλά ἡ φύση ἀπεχθάνεται τό κενό· καί ὅ,τι εἶναι ἀληθινό στά φυσικά φαινόμενα εἶναι ἐπίσης ἀληθινό καί στά ψυχολογικά. Ὁ μόνος τρόπος νά καθαρίσει κανείς τό νοῦ ἀπό τίς ἀρνητικές καί διασκορπιστικές ὠθήσεις εἶναι τό νά τίς ἀντικαταστήσει μέ θετικές ὠθήσεις πού τόν κάνουν ἀκέραιο. Ὅμως, ἐνῶ καλλιεργεῖ τή σαντακάρ ὁ ἀναζητητής τῆς ἀλήθειας πρέπει νά θυμᾶται ὅτι αὐτό εἶναι μόνο ἕνα μέσο ὄχι ὁ τελικός σκοπός καί ἀφοῦ τό γνωρίζει, νά πάει πάνω ἀπό αὐτό, στόν πνευματικό του στόχο. Ὁ Σουάμι Βιβεκανάντα, ὁ ὁποῖος ἀνάλυσε τή διαδικασία μέ μεγάλη διαύγεια στό βιβλίο: *Τό Μυστικό τῆς Ἐργασίας,* θέτει τό θέμα ὡς ἑξῆς:

> Πρέπει νά θυμᾶσαι ὅτι ἡ ἀπελευθέρωση τῆς ψυχῆς εἶναι ὁ στόχος ὅλων τῶν γιόγκα... Μιά χρυσή ἁλυσίδα εἶναι τό ἴδιο μιά ἁλυσίδα ὅπως καί μιά ἀπό σίδερο. Ὑπάρχει ἕνα ἀγκάθι μέσα στό δάκτυλό μου, καί χρησιμοποιῶ ἕνα ἄλλο γιά νά βγάλλω τό πρῶτο· καί ὅταν τό βγάλλω, πετῶ καί τά δύο κατά μέρος... ἔτσι οἱ κακές ροπές πρέπει νά ἀντικατασταθοῦν ἀπό τίς καλές, καί οἱ κακές ἐν-

τυπώσεις πάνω στό νοῦ πρέπει νά σβήσουν μέ τά δροσερά κύματα τῶν καλῶν, ὡσότου, ὅ,τι εἶναι κακό ἐξαφανιστεῖ, ἤ ὑποταχτεῖ. Ἔτσι ὁ «προσκολλημένος» γίνεται ὁ «μή προσκολλημένος».

III ΑΣΑΝΑ

Ὁ ὅρος *ἀσάνα* ὑποδηλώνει τό κάθισμα καί τή στάση, τήν ἀνάλογη θέση τοῦ σώματος στήν ἐκτέλεση τῆς γιογκικῆς πειθαρχίας. Αὐτό εἶναι ἕνα ἄλλο ἐξωτερικό βοήθημα στήν ἄσκηση τῆς γιόγκα. Ἡ ἀσάνα πρέπει νά εἶναι σταθερή, ἀκίνητη, εὐχάριστη καί ἄνετη, ἔτσι ὥστε νά κρατᾶ τό σῶμα ἤρεμο ἀλλά ἄγρυπνο κατά τή διάρκεια τῆς γιογκικῆς πειθαρχίας.

Στήν Σβετασβετάρα Οὐπανισάδα II : 8 λέγεται:

> *Κράτα τά ἐπάνω μέρη: τό στῆθος, τό λαιμό, καί τό κεφάλι, στητά, καί ὑπόταξε μέσα στήν καρδιά, τίς αἰσθήσεις μαζί μέ τό νοῦ. Ὁ σοφός μέ τή βάρκα τοῦ Μπραχμάν διασχίζει ὅλους τούς ἰσχυρούς χειμάρρους τοῦ κόσμου.*

Ὅμοια στή Μπαγκαβάντ Γκίτα VI: 11-14 ἡ διαδικασία περιγράφεται ὡς ἑξῆς:

> *Πάνω σέ ἕναν ἅγιο τόπο, θά βάλλει ἕνα κάθισμα, οὔτε πολύ ὑψηλό οὔτε πολύ χαμηλό, καί θά ἔχει πάνω σ' αὐτό ἕνα ὕφασμα, ἕνα δέρμα ἐλαφιοῦ καί κούσα χόρτο.*
> *Πάνω σ' αὐτό τό κάθισμα θά καθήσει μέ σταματημένη τή σκέψη καί τοῦ νοῦ τίς φαντασίες, καί σταματημένα τά ἐργαλεῖα τῶν αἰσθήσεων, καί θά ἐργαστεῖ πάνω στόν Κανόνα γιά τήν ἐξάγνιση τοῦ πνεύματος.*
> *Σταθερά, κρατώντας τό σῶμα, τό κεφάλι καί τό λαιμό σέ ἀκίνητη ἰσορροπία, κοιτάζοντας τήν ἄκρη τῆς μύτης του χωρίς νά βλέπει γύρω του,*
> *Ἤρεμος στό πνεῦμα, χωρίς φόβο, παραμένοντας στόν ὅρκο τῆς ἀγνότητας, μέ τό νοῦ σταματημένο καί τή σκέψη σέ μένα, ἔτσι θά καθίσει αὐτός πού εἶναι κάτω ἀπό τόν Κανόνα καί ἔχει δοθεῖ σέ μένα.*

Ὁ ὅρος *ἀσάνα* κατά λέξη σημαίνει εὔκολο καί ἄνετο. Ὁ Πατάντζαλι ὅριζε μιά στάση πού ἦταν καί ἁπλή καί εὐχάριστη *(Γιόγκα Νταρσάνα* II: 46). Ἡ καλύτερη στάση εἶναι αὐτή πού μπορεῖ νά ἐπιτρέψειστόσπουδαστή τῆς γιόγκα νά παραμείνει ἀκίνητος γιά πολύ διάστημα — δύο ὥς τρεῖς ὧρες συνέχεια — μέ ἄνεση χωρίς προσπάθεια, ὁ σκοπός εἶναι νά ἀπαλλαγεῖ ἀπό τίς ἀντιδράσεις τοῦ σώματος καί νά ἀπορροφιθεῖ ὁ νοῦς στό διαλογισμό. Σταθερότητα στήν ἀσάνα δίνει σταθερότητα στό σῶμα, καί αὐτό μέ τή σειρά του, στό νοῦ. Θεωρητικά, ἡ παράδοση μᾶς λέει ὅτι ὑπάρχουν τόσες πολλές ἀσάνα ὅσα εἴδη ὑπάρχουν στόν κόσμο καί ἑπομένως ἀνέρχονται σέ 8.400.000, ἀλλά ἀπό αὐτές μόνο 84 εἶναι σπουδαῖες καί τέσσερις εἶναι γενικά δεκτές ὡς βασικές καί ὡς μεγάλης ἀξίας:

(1) *Σούκχ Ἀσάνα:* Σημαίνει εὔκολη καί ἄνετη καθώς εἶναι εὐχάριστη νά ἀσκηθεῖ. Εἶναι ἁπλῶς τό νά καθίσει κανείς σταυροπόδι μαζεύοντας τό ἀριστερό πόδι κάτω ἀπό τό μηρό τοῦ δεξιοῦ ποδιοῦ καί μέ ἀνοιχτές παλάμες πάνω στά γονάτα, κάνοντας ἕνα κύκλο μέ τήν ἄκρη τοῦ ἀντίχειρα καί τήν ἄκρη τοῦ δείκτη.

(2) *Σίντ Ἀσάνα:* Ὁ ὅρος ὑποδηλώνει μιά πειθαρχημένη στάση, ἥ στάση τελειότητας ἥ φτασίματος. Εἶναι τό νά καθίσει κανείς σταυροπόδι καί ἐπιπρόσθετα στά πιό πάνω νά βάλλει τό δεξί του πόδι στήν ἀριστερή κνήμη μέ τίς φτέρνες στά ἡβικά ὀστᾶ. Χωρίς καμιά πίεση στά γεννητικά ὄργανα, καί τίς παλάμες τή μιά πάνω στήν ἄλλη. Αὐτή εἶναι χρήσιμη γιά νά ἀποκτήσει κανείς *σίντι* ἥ γιογκικές δυνάμεις καί γι' αὐτό καί τό ὄνομά της *σίντ ἀσάνα*. Καθαρίζει τίς φλέβες καί τίς ἀρτηρίες τροφοδοτώντας τες μέ φρέσκο αἷμα. Δυναμώνει τήν καρδιά καί τούς πνεύμονες, κάνει τήν ἀναπνοή βαθιά καί ἀργή, κανονίζει τό πεπτικό σύστημα καί θεραπεύει ἀσθένειες ὅπως κρυολόγημα, πυρετούς καί καρδιακιές ἀνωμαλίες.

(3) *Πάνταμ Ἀσάνα:* Εἶναι μιά στάση λωτοῦ ὅπως σημαίνει καί τό ὄνομά της. Σ' αὐτή τή στάση, τά πόδια σχηματίζουν τά πέταλα ἑνός λωτοῦ καθώς σταυρώνουν τό ἕνα πάνω στό ἄλ-

λο. Εἶναι μᾶλλον μιά δύσκολη στάση γιά τούς ἀνθρώπους μέ δύσκαμπτες ἀρθρώσεις, ἀλλά εἶναι πολύ οὐσιώδης γιά τήν ἄσκηση τῆς Χάθα Γιόγκα. Εἶναι ἐπίσης γνωστή ὡς *Ἄναντ Ἀσάνα* γιατί δίνει μία πρόγευση εἰρήνης καί μακαριότητας καί προδιαθέτει γιά τό διαλογισμό. Θεραπεύει τόν ἄνθρωπο πού τήν ἀσκεῖ ἀπό ὅλες τίς ἀσθένειες καί τίς ἀδιαθεσίες καί ἐλευθερώνει τό σύστημα τοῦ σώματος ἀπό τίς ἀνωμαλίες τῆς δηλητηρίασης καί τίς τοξίνες. Ἀπαλλάσσει τόν ἄνθρωπο ἀπό τήν τεμπελιά καί τή νωθρότητα καί τή νοητική ἀδυναμία.

(4) *Σβάστικα Ἀσάνα* (ἡ τυχερή ἤ εὐοίωνη στάση): Ἔχει ὅλες τίς ἀρετές τοῦ ὀνόματός της.

Γιά τήν πνευματική πρόοδο, ἡ Σούκχα ἤ Σίντχα Ἀσάνα εἶναι θαυμάσια κατάλληλη.

Ἐκτός ἀπό αὐτές, μερικές ἀπό τίς πολύ γνωστές ἀσάνα εἶναι οἱ: *Γκάοο ἀσάνα* (ἡ στάση τῆς ἀγελάδας), *Σίμχα ἀσάνα* (ἡ στάση τοῦ λιονταριοῦ), *Βάτζρα ἀσάνα* (ἡ στάση τοῦ κεραυνοῦ), *Χάλ ἀσάνα* (ἡ στάση τοῦ ἄροτρου), *Σέερσ ἀσάνα* (ἡ στάση πάνω στό κεφάλι), *Σαρβάνγκ ἀσάνα* (ἡ στάση πάνω στούς ὤμους), *Ντχανούρ ἀσάνα* (ἡ στάση τοῦ τόξου), *Σάβα ἀσάνα* (ἡ στάση τοῦ πτώματος), *Μάρκατ ἀσάνα* (ἡ στάση τοῦ πίθηκου), *Μαγιούρ ἀσάνα* (ἡ στάση τοῦ παγωνιοῦ), *Κουκάτα ἀσάνα* (ἡ στάση τοῦ κόκκορα), *Γκαρούντ ἀσάνα* (ἡ στάση τοῦ ἀετοῦ), *Οὖστρ ἀσάνα* (ἡ στάση τῆς καμήλας), *Βάτιαν ἀσάνα* (ἡ στάση τοῦ ἀλόγου), *Μπουτζάνγκ ἀσάνα* (ἡ στάση τῆς κόμπρας), *Σαλάμπχ ἀσάνα* (ἡ στάση τῆς ἀκρίδας), *Πανταχάστ ἀσάνα*, *Τρίκον ἀσάνα* καί *Βίρκς ἀσάνα* (ἡ στάση τοῦ δέντρου), κ.τ.λ. Αὐτό δείχνει τήν καθολικότητα τοῦ ἀνθρώπινου νοῦ νά μαθαίνει πράγματα ἀκόμη καί ἀπό τά ζῶα καί ἀπό ἄλλα ἀντικείμενα.

Ἡ Ἀσάνα ὡς ἕνα σύστημα γιόγκα

Μερικοί θεωροῦν τίς ἀσάνα ὅτι ἀποτελοῦν μιά γιόγκα αὐτές οἱ ἴδιες καί τῆς ἔδωσαν τό ὄνομα *ἀσάνα γιόγκα*. Ἀλλά αὐτή δέν εἶναι γιά νά χρησιμοποιεῖται ἁπλῶς γιά τήν ἐπίδειξη φυσικῶν κατορθωμάτων καί ἐπιδεξιότητας ὅπως κάνουν μερικοί γυμναστές, ἤ ὡς ἕνα μέσο γιά νά κερδίζει κανείς τό ψωμί

του. Εἶναι γιόγκα μέ τήν ἔννοια ὅτι χωρίς μιά πειθαρχημένη ἀσάνα, δέν μπορεῖ κανείς νά παρακολουθήσει, νά ξερριζώσει καί νά ἀπομακρύνει τίς *βρίτι* ἤ τά νοητικά ρεύματα πού συνεχῶς ὑψώνονται μέσα στή νοητική ὕλη ἤ τήν ἀχανή λίμνη τοῦ νοῦ *(τσίτ)*. Τό γιογκικό σύστημα εἶναι γενικά διαιρημένο σέ δύο μέρη: *Πράν - κάλα* ἤ τό Μονοπάτι τῶν Πράνα καί *Τσίτ - κάλα* ἤ τό Μονοπάτι τῆς Τσίτ. Ἐνῶ ἡ Χάθα Γιόγκα πραγματεύεται μέ τό Πράν - κάλα, ἡ Ράτζα Γιόγκα ἀσχολεῖται μέ τό Τσίτ - κάλα. Οἱ ἀσάνα ἀποτελοῦν ἕνα ἀκέραιο μέρος καί στά δύο αὐτά γιογκικά συστήματα καί εἶναι πράγματι μιά οὐσιώδης σάντνα σέ κάθε μορφή γιόγκα ὁποιαδήποτε καί ἄν εἶναι. Οἱ ἀσάνα, ἐξαιτίας τῆς σπουδαιότητάς τους, ἔχουν ταξινομηθεῖ ὡς ἕνα γιογκικό σύστημα αὐτές οἱ ἴδιες, ἀκριβῶς ὅπως ἡ *Ντάρνα* καί ἡ *Ντιάν*, ἐξαιτίας τοῦ σημαντικοῦ ρόλου τους στήν ἄσκηση τῆς γιόγκα, ἔχουν περιγραφεῖ συχνά ὡς Ντάρνα Γιόγκα καί Ντιάν Γιόγκα. Τό σῶμα πρέπει ἀναγκαστικά νά μείνει σέ μιά στάση ἤ θέση γιά ἕνα σημαντικό διάστημα — δηλ., τρεῖς ὧρες — γιατί μέ τή συνεχή ἀλλαγή τῆς στάσης, δέν μπορεῖ κανείς νά ἀσχοληθεῖ μέ ἐπιτυχία στή γιογκική ἄσκηση, γιατί μέ κάθε ἀλλαγή τῆς στάσης οἱ βρίτι μπαίνουν σέ κίνηση καί ὁ νοῦς ποτέ δέ γίνεται σταθερός καί ἀκίνητος. Γι' αὐτό τό λόγο, ὑπάρχει ἡ ἀνάγκη γιά μιά σταθερή καί ἀκίνητη στάση, ἀλλά πού νά εἶναι ἄνετη καί εὔκολη, ἔτσι ὥστε ὁ ἀσκούμενος νά μήν αἰσθάνεται κουρασμένος καί καταπονημένος κατά τή διάρκεια πού κάθεται γιά *τσίτ - βρίτι - νιρόντχα* (καταστολή τῶν νοητικῶν διακυμάνσεων).

Πλεονεκτήματα τῶν ἀσάνα

Ἐκτός ἀπό τό ὅτι εἶναι ἕνα βοήθημα στή χαλιναγώγηση τοῦ νοῦ, ἡ σταθερή ἀσάνα παρέχει πολλά, πλεονεκτήματα καί αὐτά μποροῦν νά ταξινομηθοῦν ὡς ἑξῆς:

1. Φυσικά πλεονεκτήματα:

(α) Τό μυικό καί τό ἀρτηριακό σύστημα μπαίνουν σέ σωστή τάξη.

(β) Ὁλόκληρο τό σῶμα φορτίζεται μέ ὑγεία, δύναμη καί ἀκτινοβόλο ζωτικότητα.
(γ) Τό κέντρο τοῦ ἀφαλοῦ ἐφοδιάζεται πλήρως μέ ζεστασιά, πού βοηθᾶ τή χώνεψη.
(δ) Οἱ *πράνα*, ἤ οἱ ζωτικοί ἀέρες πού εἶναι μέσα στό σῶμα, ἀρχίζουν νά λειτουργοῦν μέ μιά τακτική καί ρυθμική κίνηση.
(ε) Ἡ ἀφοβία, ἡ καρτερία καί ἡ δύναμη τῆς θέλησης ἔρχονται ἀπό μόνες τους.
(στ) Ἀποκτᾶ κανείς ἔλεγχο πάνω στό σῶμα καί δέν αἰσθάνεται ποτέ κουρασμένος, ἀπογοητευμένος καί μελαγχολικός.
(ζ) Καθώς αἰσθάνεται κανείς ἐσωτερική χαρά καί εὐθυμία,στό πρόσωπό του ἐκδηλώνεται μιά ὑγιεινή ἀκτινοβολία.

2 Νοητικά πλεονεκτήματα:
(α) Ὁ νοῦς γίνεται σταθερός καί καλά κατευθυνόμενος, καί ἀποκτᾶ κανείς τή συνήθεια νά ἐργάζεται μέ προσηλωμένη τήν προσοχή του.
(β) Νοητική φρεσκάδα.
(γ) Γρήγορη κατανόηση καί καθαρότητα τῆς ἀντίληψης.
(δ) Ἀναπτύσσει τή φαντασία καί βοηθᾶ στή συγκέντρωση τῆς προσοχῆς ἤ *ντιάν*.
(ε) Δίνει τή συνήθεια βαθιᾶς καί συγκεντρωμένης σκέψης πάνω στά ἀλλιῶς δυσνόητα πνευματικά προβλήματα.

3 Πνευματικά πλεονεκτήματα:
(α) Μέ τήν ἀπόσυρση τῆς φυσικῆς συνειδητότητας πού ὀφείλεται στή σωματική σταθερότητα, ἀνυψώνεται κανείς σιγά σιγά πάνω ἀπό τά ζεύγη τῶν ἀντιθέτων ἤ τήν κατάσταση τῆς δυαδικότητας, π.χ. πείνας καί δίψας, ζέστης καί κρύου, προσκόλλησης καί μή προσκόλλησης κ.τ.λ.
(β) Διασχίζει κανείς εὔκολα τήν κατάσταση τῆς *τάμογκουν* (ἀδράνειας) καί *ράτζογκουν* (συνεχοῦς κίνησης ἤ ἀνησυχίας) καί ἀποκτᾶ αὐτήν τῆς σάτογκουν (εἰρήνης καί ἰσορροπίας).
(γ) Προχωρεῖ κανείς σταθερά στή σάντνα του, ἤ τήν πνευμα-

τική ἄσκηση, χωρίς καμιά κούραση.

Γενικά δίνονται μερικές συμβουλές γιά νά προφυλάξουν τό σαντάκ ἀπό τυχόν κακές ἐπιρροές ἤ ἐμπόδια. Αὐτός πρέπει νά ἀσκεῖ τίς ἀσάνα σέ μοναξιά ἔτσι ὥστε αὐτές νά μήν γίνουν ἕνα μέσο ἐπίδειξης τῆς ἐπιδεξιότητάς του στό κοινό γιά χειροκρότημα. Ἐπίσης συμβουλεύεται νά μή πηγαίνει κοντά στή φωτιά, νά ἀποφεύγει τή συντροφιά τῶν γυναικῶν, τῶν ἀνεπιθύμητων φίλων ἤ ὁτιδήποτε ἄλλο πού μπορεῖ νά εἶναι ἐπικίνδυνο γιά τό σῶμα του ἤ γιά τή νοητική του ἰσορροπία. Πρέπει ἐπείσης νά ἀποφεύγει ὑπερκατάχρηση στό φαγητό καί στό ποτό καθώς καί τῆς νηστείας, γιατί τό ἕνα ἐπιβαρύνει τό σῶμα καί ἀποσπᾶ τήν ἐνέργειά μας, ἐνῶ τό ἄλλο ἐλαττώνει τή ζωτικότητά μας. Γι' αὐτό τό λόγο ὁ Βούδας δίδαξε στούς μαθητές του τό μεσαῖο μονοπάτι, γιατί ὅπως εἶπε στήν πρώτη του ὁμιλία:

> *Ὁ αἰσθησιασμός ἐκνευρίζει· ὁ ἄνθρωπος πού κάνει αὐτοκατάχρηση εἶναι σκλάβος στά πάθη του, καί τό νά ἐπιζητεῖ κανείς τίς ἀπολαύσεις εἶναι ὑποβιβαστικό καί χυδαῖο.*

Καί —

> *ὑποφέροντας, ὁ ἀδυνατισμένος λάτρης παράγει σύγχιση καί ἀρρωστημένες σκέψεις μέσα στό νοῦ του. Ἡ Ἀπονέκρωση δέν εἶναι συντελεστική οὔτε καί στήν ἐγκόσμια γνώση, πόσο λοιπόν περισσότερο γιά τό θρίαμβο πάνω στίς αἰσθήσεις.*

Ὁ κανόνας τοῦ χρυσοῦ μέσου, πού ἰσχύει γιά ὅλα τά πράγματα, ἰσχύει ἐπίσης καί στήν ἄσκηση. Ὁ σαντάκ πού καταλαβαίνει οὔτε θά δισκορπίζει τήν ἐνέργειά του σέ πολύ ἔντονη ἄσκηση ὅπως νά σηκώνει βάρη, νά τρέχει, νά κάνει μεγάλα καί ὑψηλά πηδήματα, οὔτε καί θά τήν ἀπονεκρώσει μέ τόν λήθαργο. Μέ λίγα λόγια, ἡ ἐγκράτεια καί ἡ ἁπλότητα πρέπει νά εἶναι τό σύνθημα τῆς ζωῆς του. Αὐτοί πού εἰδικεύονται στή Χάθα Γιόγκα ἤ τήν Πράνα Γιόγκα προσθέτουν ἐπιπλέον καί τούς παρακάτω ὅρους γιά τήν καθημερινή τους ζωή:

(α) Ἕνα τόπο μοναξιᾶς σέ ἕνα μέτριο ὑψόμετρο.
(β) Ἕνα ἀχυρένιο ἐξοχικό σπίτι, κατά προτίμηση σέ τετράγωνο σχῆμα, στό μέσο ἑνός φυσικοῦ τοπίου καί πρασινάδας.
(γ) Αὐτό πρέπει νά εἶναι ἐφοδιασμένο μέ μιά ξύλινη ἤ καμωμένη ἀπό τοῦβλα *τακχάτ* (μία ἐξέδρα) γιά νά κάθεται ἐπάνω ὀκλαδόν.
(δ) Τό κάθισμα πρέπει νά εἶναι σκεπασμένο μέ φοινικόφυλλα ἤ ξερό γρασίδι, ἕνα μάλλινο σκέπασμα ἤ δέρμα ἐλαφιοῦ.
(ε) Ἡ πλαγιά πρέπει νά εἶναι ἔτσι διαλεγμένη ὥστε νά ἔχει ἕνα ὁμοιόμορφο ἤπιο καί ὁμαλό κλίμα ὅλες τίς ἐποχές τοῦ χρόνου.

Ὅλα αὐτά τά πράγματα πρέπει νά ληφθοῦν ὑπόψη καί ἄν ἀκόμη κανείς πρόκειται νά διαλέξει μιά σπηλιά (στό βουνό ἤ μέσα στή γῆ) γιά πνευματική σάντνα.

(στ) Πρέπει κανείς νά ἀσκεῖ αὐστηρό μέτρο στήν τροφή του καί στό ποτό του, κατά προτίμηση νά παίρνει μιά μερίδα χυλό ἑνός δημητριακοῦ μέ γάλα, τήν ἡμέρα.
(ζ) Δέν πρέπει νά ἐπιτρέπεται σέ κανένα παρείσαχτο νά συχνάζει στό ἱερό καταφύγιο.

Ἡ *Γκχεράντα Σαμχίτα*, μιά πολύ γνωστή διατριβή πάνω στή γιόγκα, δίνει μιά λεπτομερή ἔκθεση τῶν ἀσάνα καί τίς ἀσκήσεις πού γίνονται μέ αὐτές, δηλ., *μούντρα* καί *μπάντα*. Ἐνῶ οἱ μούντρα εἶναι κλειδωμένες στάσεις, οἱ μπάντα εἶναι καθηλωμένες στάσεις. Οἱ πρῶτες ἐπειδή εἶναι ψυχοσωματικῆς φύσης ὀνομάζονται γενικά ὡς «χειρονομίες», καί οἱ τελευταῖες καθώς εἶναι καθαρῶς σωματικές δέν εἶναι παρά «μυικές συσπάσεις» καί χρησιμοποιοῦνται ὡς παγίδες γιά νά κρατήσουν τίς πράνα σέ ὁρισμένα μέρη.

Ἐνῶ ὑπάρχει ἕνας ἀρκετά μεγάλος ἀριθμός ἀπό μούντρα, οἱ μπάντα δέν εἶναι παρά λίγες. Οἱ πολύ γνωστές μούντρα ἤ χειρονομίες εἶναι (1) ἡ *Μάχα Μούντρα* (ἡ μεγάλη χειρονομία), (2) *Μάχα Μπάντα* (3) *Μάχα Βέθα* (4) *Οὔρτζιαν* (Οὔντλιαμ), (5) *Κχετσάρι* (κίνηση μέσα στό κενό), (6) *Βατζρόλι*, (7) *Τζαλαντχάρ*, (8) *Μούλβαντ*, (9) *Βιπρίτ Κάρνα* (σωουάνγκ), (10) *Σάκτι*

σαλάνα ἤ *Πρίθβι, Ἀμπχάβι, Βαϊσβανάρι, Βαγιάβι,* καί *Ἀκάσι* πού ἀντιστοιχοῦν ἀντιστοίχως στά πέντε στοιχεῖα: γῆ, νερό, φωτιά, ἀέρα καί αἰθέρα. Ἐπιπρόσθετα σ' αὐτές ὑπάρχουν ἀκόμη καί ἄλλες ὅπως *Νάμπχο Μούντρα Γιόνι, Μαντούκι, Κάκι, Ματάνγκι, Μπχουτζανγκίνι, Ἀσβίνι* κ.τ.λ. Ἄλλες πού δέν ἀπαριθμήστηκαν θεωροῦνται ὡς παραλλαγές ἀπό αὐτές.

Μποροῦμε νά κάνουμε μιά σύντομη ἀναφορά γιά μερικές ἀπό αὐτές:

(1) *Ἀσβίνι Μούντρα:* Ὅπως δείχνει τό ὄνομα, αὐτή ἀποτελεῖται ἀπό τή διαστολή πρός τά ἔξω καί τή σύσπαση πρός τά μέσα τῶν μυῶν τοῦ πρωκτοῦ ἀλληλοδιαδόχως μέ βαθιά εἰσπνοή καί ἐκπνοή ὅπως κάνει ἡ *ἀσβίνι* ἤ ἡ φοράδα μετά πού ἀποβάλλει τά περιττώματα. Αὐτό βοηθεῖ στόν καθαρισμό τῶν ἐντέρων, τοῦ παχύ ἐντέρου καί τῶν τοιχωμάτων, καί στήν ἀποβολή τῶν δηλητηριωδῶν ἀερίων.

(2) *Βατζρόλι Μούντρα:* Εἶναι ὁ ἐσωτερικός καθαρισμός τῶν γεννητικῶν ὀργάνων πλένοντας τίς γενικές διόδους πρῶτα μέ ὀξυγόνωση ἤ ἀερόλουτρο μέσο ἑνός καθετήρα καί μετά πλένοντάς τες μέ νερό ἀνακατεμένο μέ ἕνα λαφρύ ἀντισηπτικό. Αὐτό ἐκτελεῖται μέ τή διαδικασία τῆς *ναωλί,* ἤ μέ τή βοήθεια ἑνός ραντιστήρα ἤ ἑνός ντούς. Στήν πιό ὑψηλή τεχνική του, πρέπει κανείς νά συγκρατήσει τήν ἀπορροή τῶν γεννητικῶν ἐκκρίσεων καί νά τίς ξαναπορροφήσει μέσα στόν ὀργανισμό του.

(3) *Κχετσάρι Μούντρα* (κίνηση μέσα στό κενό): Εἶναι τό νά ἀναστρέψει κανείς τή γλώσσα καί νά τήν πιέσει βαθιά μέσα στό λαιμό. Τοῦ ἀσκούμενου ἡ γλώσσα κόβεται καί παίρνει τή μορφή μιᾶς διχάλας, ὅπως αὐτή τῶν φιδιῶν. Αὐτή ἡ διχαλωτή γλώσσα πλένεται μετά μέ ἕνα μίγμα γάλακτος, ἀσπρισμένου βουτύρου καί στάκτης· μετά μέ τό πρανικό γύμνασμα κλίνει ἤ βουλώνει τίς δυό ὀπίσθιες τρύπες τῶν ρουθουνιῶν μέ κάθε ἄκρη ἀπό τή διχαλωτή γλώσσα καί παραμένει ἀπορροφημένος σ' αὐτή τήν κατάσταση γιά ἀτέλειωτες μέρες καί ὅπως ἕνα φίδι ἤ μιά χελώνα, μπορεῖ νά ἐξακολουθήσει νά παραμένει σέ ἀσυνείδητη κατάσταση μέχρι τέτοιου σημείου πού δέν μπορεῖ νά ξαναέρθει στίς αἰσθήσεις του μόνος του χωρίς

τήν ἐξωτερική βοήθεια τῶν ἄλλων. Ὁλόκληρη ἡ διαδικασία εἶναι πολύ περίπλοκη καί δέν μπορεῖ νά ἀσκηθεῖ ἀπό ἕνα κοινό ἄνθρωπο ἀκίνδυνα χωρίς τή βοήθεια ἑνός τέλειου γιόγκι. Ὅπως δείχνει τό ὄνομα, ὁ νοῦς παραμένει ἀπορροφημένος στό *κχέ* ἤ κενό, ὅπως καί ἡ γλώσσα μέσα στό κενό τοῦ φάρυγγα.

Ἀλλά αὐτό τό εἶδος τοῦ σαμάντι δέν εἶναι ἕνα πραγματικό σαμάντι μέ ἕνα ξύπνημα σέ ἀνώτερο ἐπίπεδο καί σέ μιά ὑπερσυνειδητή κατάσταση, ἀλλά εἶναι ἕνα εἶδος ἔκστασης κατά τήν ὁποία χάνει κανείς τελείως τή συνειδητότητα. Αὐτό δέν εἶναι ὁ στόχος τῆς ἀληθινῆς γιόγκα, πού ἔχει ὡς σκοπό τό *Τσεϊτάνια Σαμάντι* ὡς ξεχωριστό ἀπό τό *Τζάρ Σαμάντι.* Ἕνας Χάθα Γιόγκι μέ τήν ἄσκηση αὐτῆς τῆς μούντρα μπορεῖ, ἐνῶ τραβᾶ τίς πράνα του στό *Σαχασράρ,* νά κλειστεῖ μέσα σέ ἕνα κουτί, τό ὁποῖο μπορεῖ νά θαφτεῖ μέσα στή γῆ γιά μῆνες. Αὐτό τό εἶδος τοῦ Τζάρ Σαμάντι δέν δίνει καμιά γνώση πάνω ἀπό τίς αἰσθήσεις, σοφία καί ἐνημερότητα σάν αὐτές πού χαρακτηρίζουν τόν τελείως ξυπνημένο ἤ τό Τσεϊτάνια Σαμάντι, πού κατορθώνεται, ὅταν ἡ δύναμη τῆς συνειδητότητας ἐγκαθίσταται στή δικιά της ἀληθινή φύση, καί πού γίνεται κατά βούληση. Αὐτό εἶναι *Κεϊβάλια* ἤ μιά κατάσταση τέλειας ἕνωσης μέ τήν κοσμική καί ὑπέρ - κοσμική ζωή ἀντίθετα ἀπό τήν ἀδρανή, σάν τῆς πέτρας κατάσταση.

Γιά νά ἀναπτύξει αὐτοσυγκέντρωση, μπορεῖ κανείς νά ἀσκήσει τά ἑξῆς:

(1) *Ἀγκοτσάρι Μούντρα* (ἡ ἀνεπαίσθητη χειρονομία): Σ' αὐτή πρέπει νά καθήσει κανείς στήν ἀνάσα του μέ προσηλωμένη τήν προσοχή του στήν ἄκρη τῆς μύτης.

(2) *Μποτσάρι Μούντρα* (ἡ χειρονομία τοῦ κενοῦ): Σ' αὐτή ἡ προσοχή πρέπει νά προσηλωθεῖ στό κενό, σέ διάστημα τεσσάρων δακτύλων κάτω ἀπό τήν ἄκρη τῆς μύτης, ἐκεῖ ὅπου ρέει ἡ ἀναπνοή.

(3) *Τσατσάρι Μούντρα:* Ὀνομάζεται ἡ χειρονομία τῆς μαύρης μέλισσας, γιατί ὁ νοῦς πρέπει νά προσηλωθεῖ στό μαῦρο σημάδι πίσω ἀπό τά μάτια.

Ἐνῶ ἀσχολεῖται μέ τόν ἔλεγχο τῆς ἀναπνοῆς ἤ *πραναγιάμα*, μπορεῖ κανείς νά ἀσκήσει *Οὐνμάνι Μούντρα* ἤ *Καβάλα Κουμπάκ*. Τό τελευταῖο εἶναι μιά κατάσταση ἔκθαμβης μέθης καί τό ἄλλο μιᾶς εἰρηνικῆς ἀνάπαυσης.

Ἐπίσης, κατά τήν ἐκτέλεση μερικῶν ἀπό τίς ἀσάνα, πρέπει κανείς νά ἀσκεῖ ὁρισμένες μυικές συσπάσεις ἤ δεσίματα, μέ σκοπό νά ἐλέγξει τή ζωτική ἐνέργεια. Αὐτές οἱ συσπάσεις ἤ δεσίματα τεχνικῶς ὀνομάζονται *μπάντα*. Εἶναι ἰδιαιτέρως ἀναγκαῖες ὅταν ἐκτελεῖ κανείς πραναγιάμα. Οἱ πιό σπουδαῖες ἀπό αὐτές εἶναι:

(α) *Μούλα Μπάντα* (σύσπαση τοῦ βασικοῦ πλέγματος): Μέ αὐτή ἡ *Ἀπάνα Βαγιού*, ἤ ἡ ἐνέργεια τῶν ἐκκρίσεων, κλειδώνεται καί σύρεται μέσα καί πάνω στήν περιοχή τῆς πράνα καί ἔτσι πραγματοποιεῖ, ἤ φέρνει, τήν ἕνωση τῆς πράνα μέ τήν ἀπάνα, τῆς ἐνέργειας τοῦ ἀναπνευστικοῦ μέ αὐτή τῶν ἐκκρίσεων. Γίνεται μέ τήν πίεση τοῦ πρωκτοῦ μέ τή φτέρνα καί μέ ἕνα δυνατό τράβηγμα τῆς ἀναπνοῆς πρός τά μέσα.

(β) *Τζαλαντχάρα Μπάντα:* σύσπαση τοῦ πλέγματος τοῦ λαιμοῦ ἐκεῖ ὅπου συναντιοῦνται ὅλες οἱ ἀρτηρίες. Ἐκτελεῖται μέ τήν πίεση τοῦ πηγουνιοῦ μέσα στό βαθούλωμα πού σχηματίζουν τά κόκκαλα τοῦ στέρνου, κοντά στό λαιμό. Αὐτό ἐμποδίζει τό νέκταρ πού ἔρχεται πρός τά κάτω, ἀπό τό Σαχασράρ, στό νά καταναλωθεῖ στή φωτιά μέσα στήν περιοχή τοῦ ἀφαλοῦ.

(γ) *Οὐντιγιάνα Μπάντα:* Εἶναι ἡ σύσπαση τῶν μυῶν τοῦ ἀφαλοῦ ἔτσι ὥστε νά δώσουν ἕνα στήριγμα στούς πνεύμονες καί τό στομάχι κατά τήν εἰσπνοή καί τήν ἐκπνοή. Κάνει ἐπίσης τήν πνοή ζωῆς νά κυλήσει μέσο τοῦ λεπτοῦ νεύρου, καί γι' αὐτό ὀνμάζεται σύσπαση τοῦπετάγματος.

Τελειότητα στίς ἀσάνα (Ἀσάνα Σίντι)

Ὑπάρχουν τρεῖς ἐνδείξεις τελειότητας στήν *Ἀσάνα Σίντι:*

1. Κατά τή διάρκεια τῆς ἀσάνα, τό σῶμα πρέπει νά εἶναι σέ τέλεια ἀνάπαυση καί χαλάρωση, χωρίς καμιά κίνηση σέ κανένα ἀπό τά μέλη του.

2. Ἐπίσης, πρέπει κανείς νά ὑψωθεῖ πάνω ἀπό τή σωματική συνειδητότητα, καί νά μή λαβαίνει γνώση οὔτε ἀκόμη καί τοῦ αἰσθησιακοῦ καί τοῦ κινητικοῦ ρεύματος, πού πρέπει νά ἀφεθοῦν στόν ἑαυτό τους χωρίς καμιά σκέψη γι' αὐτά.

3. Τελευταῖο, ἀλλά ὄχι καί τό πιό ἀσήμαντο, πρέπει κανείς νά αἰσθάνεται καί πράγματι νά ἀπολαβαίνει εὐτυχία καί μακαριότητα μέσα του.

Μπορεῖ κανείς νά ἀποκτήσει Ἀσάνα Σίντι ἤ πειθαρχία μέσα σ' ἕνα χρόνο, μέ τό νά τήν ἀσκεῖ τακτικά ἀπό μιά ὡς ἕξι ὧρες κάθε μέρα.

Ὅμως, προτοῦ νά προχωρήσουμε περισσότερο στήν ἐξέτασή μας τῆς Ἄστανγκ Γιόγκα τοῦ Πατάντζαλι, πρέπει νά ὑπενθυμίσουμε στους ἑαυτούς μας ὅτι ἡ ἐπιδεξιότητα στίς ἀσάνα καί ἡ ἐγκράτεια στόν τρόπο ζωῆς πρέπει νά θεωροῦνται ὡς μέσα καί ὄχι ὡς ὁ τελικός σκοπός. Ὁ σαντάκ δέν πρέπει νά ξεχνᾶ ὅτι ἡ φυσική ἀγωγή εἶναι μιά προετοιμασία. Ἀκριβῶς ὅπως χρησιμοποιοῦσε τήν ἠθική μέ τά γιάμα καί νιγιάμα της γιά νά ἐξαγνίσει τό νοῦ του γιά τό ἐσωτερικό ταξίδι, ἔτσι ἐπίσης πρέπει νά πειθαρχήσει τό σῶμα του καί τήν καθημερινή του ζωή, καί μετά νά ἐργάζεται γιά τόν ἀπώτατο σκοπό: τήν ἕνωση μέ τόν Μπράχμαν. Αὐτό τό σημεῖο χρειάζεται νά τονιστεῖ γιατί ἡ ἀνθρώπινη φύση εἶναι τέτοια πού ἀκολουθώντας μιά κοπιαστική πορεία, συχνά ξεχνᾶ τόν τελικό σκοπό, παίρνοντας τά μέσα ὡς τό σκοπό. Πολλοί γιόγκι ἀσχολοῦνται μέ τήν ἀνάπτυξη τῆς φυσικῆς ἀγωγῆς σάν νά ἦταν αὐτή τό ἄλφα καί τό ὠμέγα τῆς γιόγκα. Σ' αὐτές τίς περιπτώσεις, ἡ ἐπιτυχία στήν ἄσκηση τῶν ἀσάνα καί στή μετριότητα τῶν ἀναγκῶν, ἀντί νά προετοιμάζει τό δρόμο γιά παραπάνω πρόοδο, φέρνει ἕνα αἴσθημα ὑπερηφάνειας καί ματαιοδοξίας πού ἔχει ὡς ἀποτέλεσμα τήν αὐτοευαρέσκεια καί τήν πνευματική ἀδράνεια. Ὁ σαντάκ πού ἔχει διάκριση θά μάθει τά βασικά οὐσιώδη ἀπό αὐτόν τόν κλάδο τῆς γιόγκα — τό μυστικό τῆς ὑγείας καί τήν καλύτερη στάση γιά διαλογισμό — ἀλλά δέ θά προσπαθήσει νά εἰδικευτεῖ σ' αὐτή ἤ νά τελειοποιηθεῖ σέ ὅλες τίς λεπτομέρειές της, γιατί θά ξέρει πώς μέ τό

νά ἀπορροφηθεῖ στά μέσα θά ξεχάσει τόν τελικό σκοπό.

Τροφή

Ἕνα ἀρχαῖο ρητό λέει: «Ὅπως εἶναι ἡ τροφή ἔτσι εἶναι καί ὁ νοῦς», καί μέσα σ' αὐτό βρίσκεται μιά ἀδιαφιλονίκητη ἀλήθεια, γιατί εἶναι ἡ τροφή πού διαμορφώνει τό σῶμα καί τόν ἐγκέφαλο.

Ἡ σάτβικ τροφή παίζει ἕνα σπουδαῖο ρόλο στήν τελειότητα τοῦ σώματος ὅπως τό ἀντιμετωπίζει ἡ Χάθα Γιόγκα, καί βοηθεῖ στήν ἐκτέλεση ὁποιασδήποτε *σάντνα* ἤ γιογκικῆς πειθαρχίας χωρίς κούραση, νωθρότητα, κόπο ἤ νύστα. Ὁ κατάλογος στήν ἑπόμενη σελίδα καταγράφει μερικές ἀπό τίς τροφές πού βοηθοῦν ἤ ἀργοποροῦν τή γιογκική σάντνα.

Μέ λίγα λόγια φρέσκα καί πράσινα λαχανικά, φύλλα λαχανικῶν, φροῦτα καί ξηροί καρποί, γάλα, βούτυρο καί κρέμα γάλακτος ἀποτελοῦν μιά ἰδανική διαιτητική γιά ὁποιοδήποτε ἄνθρωπο. Τρία γεύματα τήν ἡμέρα θεωροῦνται παραπάνω ἀπό ἀρκετά. Πρέπει νά σημειώσουμε ὅτι τροφές πού εἶναι μπαγιάτικες, μέ πολλά καρικεύματα, πολύ ψημένες ἤ ἄψητες, καί φροῦτα πού εἶναι πάρα πολύ ὥριμα ἤ ἄγουρα ἤ πού ἔχουν μείνει κομμένα, ἐπίσης γλυκά καί γλυκίσματα, πρέπει νά ἀποφεύγονται. Ἐπίσης, τά ἀεριοῦχα ποτά, τά διεγερτικά ὅπως τσάι καί καφές, καί τά μεθυστικά ὅλων τῶν εἰδῶν δέν πρέπει νά χρησιμοποιοῦνται.

IV ΠΡΑΝΑΓΙΑΜ Ἡ ΓΙΟΓΚΙΚΗ ΑΝΑΠΝΟΗ

Αὐτός πού γνωρίζει τήν πράνα, γνωρίζει τίς Βέδες
ΣΑΝΤΙΣ

Προτοῦ νά πραγματευτοῦμε μέ τό *πραναγιάμ*, εἶναι ἀνάγκη νά γνωρίσουμε τί εἶναι οἱ πράνα (οἱ ζωτικοί ἀέρες), τήν κατάταξη καί τή λειτουργία τους, κ.τ.λ. μέσα στό σῶμα, πῶς δροῦν, καθώς καί τά πράγματα πού εἶναι συνδεμένα μέ αὐτές. Πράνα εἶναι τό γενικό ἄρθοισμα ὅλων τῶν δυνάμεων μέσα στή Φύση. Ἡ Ζέστη, τό φῶς, ὁ ἠλεκτρισμός, ὁ μαγνητισμός, ἡ βαρύτητα κ.τ.λ. εἶναι ὅλα ἐκδηλώσεις τῆς πράνα. Ὅλες οἱ

Τροφές Χάθα Γιόγκα

Τροφές πού βοηθοῦν τή γιογκική σάντνα	*Τροφές πού ἐμποδίζουν τή γιογκική σάντνα*
1. Βρώμη, μαῦρο γκράμ (ρεβυθάλευρο), ὁλόκληρο μούνγκ (πράσινο γκράμ), ρύζι, τίλ (σπόροι σισαμιοῦ), σάκαρ (τζάγγερι), γάλα καί προϊόντα τοῦ γάλακτος, βούτυρο καί ἀσπρισμένο βούτυρο — ὅλα μέ μέτρο.	Μόθ, μάς, μουσούρ (φακές), μπιζέλια, ἀξεφλούδιστο γκράμ, σιτάρι, λάδια καί λιπαρά, ξυνό γάλα καί ξυνό γιαούρτι, χαλασμένη κρέμα γάλακτος, κρέας ὅλων τῶν εἰδῶν, ψάρια, πουλερικά καί αὐγά κ.τ.λ.
2. Μαῦρο πιπέρι, ἀμύγδαλα, τζιγγιβέρι, σταφίδες, λεμόνι — μέ μέτρο.	Ἀνανάς, κόκκινα ραδίκια.
3. Μάνγγο, σταφύλια, γκουάφες, μῆλα, πορτοκάλλια, σῦκα, φραγκοστάφυλα, χουρμάδες, ροδάκκινα κ.τ.λ. — μέ μέτρο.	Καρπούζι καί κακάρι (ἕνα εἶδος φρούτου).
4. Πεπόνι, ἀγγούρι — σέ μικρές ποσότητες.	Τούρι (εἶδος νεροκολοκύθας), κάσιφαλ (κόκκινη κολοκύθα), μπριντζάλ (μελιτζάνα), τό δάκτυλο τῆς κυρίας (ἕνα εἶδος φασολιοῦ) καί τσουλέ (ἀμάραθο ἤ ἕνα εἶδος σπανάκι).
5. Κολοκυθάκια, πλέιν τούρι (ρίτζ νεροκολοκύθα), τζία τούρι (ἄχρωμη νεροκολοκύθα), σπανάκι, πάρουαλ (coecinia indica) καί σουαράν φύλλα — σέ μικρές ποσότητες.	Καρυκεύματα, μπαχαρικά, καυτερά, πιπέρι, σάλτσες καί ἄλλα διεγερτικά πού παράγουν ὀξύτητα καί πράγματα πικρά καί ξυνά.

δυνάμεις καί ἀκόμη καί οἱ ἴδιες οἱ πράνα πηγάζουν ἀπό μιά καί τήν αὐτή πηγή — τήν πηγή τοῦ ἄτμαν. Τό *Πράν τάτουα* εἶναι πολύ πιό ἀνώτερο ἀπό τό *μάνας τάτουα* ἤ τή νοητική ἀρχή, γιά τήν ὁποία ὁ Νανάκ λέει:

Αὐτός πού κατακτᾶ τό νοῦ, κατακτᾶ τόν κόσμο.

Ἡ κινητήρια δύναμη πίσω ἀπό τή νοητική ὕλη, ὅπως εἴπαμε ἤδη, εἶναι αὐτή τῶν πράνα καί γι' αὐτό ἡ ρύθμιση καί ὁ ἔλεγχος τῆς πράνα, τῆς πρωταρχικῆς δύναμης μέσα στό Σύμπαν, εἶναι πρώτιστης σπουδαιότητας καί πολύ πιό ἀνώτερη ἀπό ἄλλες ψυχοφυσικές πειθαρχίες. Στήν *Γκόρακχ Σαμχίτα* λέγεται ὅτι αὐτός πού γνωρίζει τό μυστικό τῆς πράνα γνωρίζει τό μυστικό τῆς γιόγκα, γιατί στό ρυθμικό κανονισμό τῆς πράνα βασίζεται κατ' ἐξοχή ἡ πρακτική ἄποψη τῆς γιόγκα.

Οἱ πράνα ταξινομοῦνται σέ πέντε βασικές κατηγορίες σύμφωνα μέ τή φύση τῆς λειτουργίας τους:

(α) Ἡ *Πράνα* ἀσχολεῖται μέ τό ἀναπνευστικό σύστημα. Εἶναι ἡ πνοή τῆς ζωῆς καί, ὅπως ἕνα πουλί μέσα σ' ἕνα κλουβί, δίνει ζωτικότητα στόν ἀνθρώπινο ὀργανισμό. Ἡ ἕδρα της λέγεται πώς εἶναι στήν περιοχή πού βρίσκεται μεταξύ τῶν δυό φρυδιῶν, καί ὀνομάζεται *τσίντ - ἄκας*, καί εἶναι τό ὅριο μέχρι τό ὁποῖο ἐκτείνεται τό πεδίο τῆς δράσης της.

(β) Ἡ *Ἀπάνα* βοηθᾶ τό σύστημα τῶν ἐκκρίσεων καθώς ἔχει μιά τάση νά κυλᾶ πρός τά κάτω. Λειτουργεῖ στήν περιοχή κάτω ἀπό τόν ἀφαλό.

(γ) Ἡ *Σαμάνα* βοηθᾶ τά ὄργανα τῆς πέψης. Ὀνομάζεται ἔτσι γιατί κατευθύνει τό φαγητό συμμετρικά σέ ὁλόκληρο τόν ὀργανισμό. Ἡ ἕδρα της εἶναι στόν ἀφαλό καί ἐκτείνεται πρός ὅλες τῆς κατευθύνσεις, τρέφοντας τό σῶμα ὡς ἕνα σύνολο.

(δ) Ἡ *Οὐντάνα* εἶναι συνδεμένη μέ τήν κατάποση· ἔχει ὀνομαστεῖ ἀπό τήν ποιότητά της τοῦ νά ἀνεβάζει, νά σύρει ἤ νά ὁδηγεῖ τήν ἀναπνοή. Ἡ κίνησή της εἶναι ἀντιληπτή μεταξύ τοῦ ἀφαλοῦ καί τοῦ κεφαλιοῦ. Ἡ ἕδρα της εἶναι στό λαιμό καί ἔχει μιά τάση νά πετᾶ πρός τά πάνω.

(ε) Ἡ *Βιάνα* βοηθᾶ στή συντήρηση τοῦ κυκλοφοριακοῦ συστήματος μέσα σέ ὁλόκληρο τό σῶμα. Ἐπιδρᾶ τήν ἐσωτερική

διαίρεση καί διάχυση καί ὀνομάζεται ἔτσι ἐπειδή διαπερνᾶ *(βιαπάτι)* τό σῶμα ὅπως τό στοιχεῖο τοῦ αἰθέρα.

Ἐκτός ἀπό τίς βασικές πράνα, ὑπάρχουν ἄλλα πέντε εἴδη μικρότερης σπουδαιότητας, ὀνομαστικῶς τά ἑξῆς:

(1) Ἡ *Νάγκα* πού βοηθᾶ τό ρέψιμο.

(2) Ἡ *Κούρμα* εἶναι συνδεμένη μέ τά μάτια καί βοηθᾶ τή διαδικασία τοῦ ἀνοιγοκλεισίματος τῶν ματιῶν καί προκαλεῖ τόν ὕπνο.

(3) Ἡ *Κρικάλα* διαπερνᾶ μέσο τῶν μυῶν τοῦ προσώπου καί ἐκτείνεται ἔξω μέ τό φτέρνισμα.

(4) Ἡ *Ντέβα - ντάττα* φέρνει τό χασμουρητό καί μᾶς βάζει σέ ἕνα γλυκό ὕπνο.

(5) Ἡ *Ντάναν τζέυ* εἶναι συνδεμένη μέ τήν ἐργασία τῆς ἀφομίωσης.

Αὐτοί οἱ ζωτικοί ἀέρες διαπερνοῦν τό δέρμα, τά κόκκαλα, τούς μῦς, τούς τένοντες, τούς συνδέσμους καί τά παρόμοια.

Πλέγματα καί κέντρα (τσάκρα)

Ὁπουδήποτε συμπλέκονται μεταξύ τους διάφορα νεῦρα, ἀρτηρίες ἤ φλέβες, αὐτό τό σημεῖο ἤ κέντρο ὀνομάζεται πλέγμα. Ὅμοια, ὑπάρχουν πλέγματα ἤ κέντρα ζωτικῶν δυνάμεων στούς *Σούκσαμ* ἤ στούς λεπτούς *νάντι* καί αὐτά ὀνομάζονται *τσάκρα* ἤ *πάντμα*. Οἱ *νάντι* εἶναι οἱ ἀστρικοί σωλῆνες καμωμένοι ἀπό ἀστρική ὕλη, καί ἐξυπηρετοῦν ὡς δίοδοι γιά τίς λεπτές πράνα μέσο τῶν ὁποίων αὐτές λειτουργοῦν μέσα στό ἀστρικό σῶμα ὅπως τά νεῦρα, οἱ ἀρτηρίες καί οἱ φλέβες μέσα στό ἁδρύ φυσικό σῶμα. Ὅλοι αὐτοί οἱ ἀστρικοί σωλῆνες ἤ νάντι πηγάζουν ἀπό τήν *Κάντα* ἤ τό κέντρο ὅπου ὁ *Σουσμάνα Νάντι* συναντᾶ τό *Μουλαντάρα Τσάκρα* στή βάση τῆς σπονδυλικῆς. Ἀπό αὐτούς τούς νάντι, ὁ *Ἴντα*, ὁ *Πινγκάλα* καί ὁ *Σουσμάνα* εἶναι οἱ πιό σπουδαῖοι. Καί οἱ τρεῖς νάντι εἶναι μέσα στή σπονδυλική στήλη. Ὁ Ἴντα καί ὁ Πινγκάλα εἶναι ἀντιστοίχως στήν ἀριστερή καί στή δεξιά πλευρά τοῦ Σουσμάνα ἤ Σουκχμάν. Ὁ Ἴντα *(Τσάντρα κανάλι)* κυλᾶ μέσο τῆς δεξιᾶς. Ἡ ἀναπνοή γενικά κυλᾶ μέσα ἀπό τόν καθένα γιά

δυό ὧρες ἀλληλοδιαδόχως. Ἀλλά ὅταν κυλᾶ μέσο τοῦ Σουσμάνα (*Ἄγγνι κανάλι*), ὁ νοῦς γίνεται σταθερός. Αὐτή ἡ σταθερότητα ἤ *Οὐνμάνι Ἀβάσθα*, ὅπως ὀνομάζεται, εἶναι ἡ ἀνώτερη κατάσταση στή Ράτζα Γιόγκα, γιατί σ' αὐτή τήν κατάσταση γίνεται θαυμάσιος διαλογισμός. Ἡ ἄσκηση τῆς Πραναγιάμ εἶναι ἀναγκαία γιά τόν καθαρισμό τῶν νάντι, καθώς ὅταν ἔχουν ἀκαθαρσίες, ἡ ἀναπνοή δέν μπορεῖ νά περάσει μέσο τοῦ μεσαίου νάντι.

Ἡ χοντρή πράνα κυκλοφορεῖ μέσα στά νεῦρα τοῦ φυσικοῦ σώματος, ἀλλά ἡ λεπτή πράνα κινεῖται μέσα στούς ἀστρικούς σωλῆνες (νάντι). Ἡ ἀναπνοή εἶναι ἕνα ἐξωτερικό ἀποτέλεσμα τῆς ἐκδήλωσης τῆς χοντρῆς πράνα.

Ὑπάρχει μιά πολύ στενή σχέση μεταξύ τῆς χοντρῆς καί τῆς λεπτῆς πράνα. Ἄν ὁ νοῦς καί ἡ πράνα πάψουν νά δονοῦνται δέ θά προέρθει κανένα κύμα σκέψης.

Ὁ νοῦς λειτουργεῖ μέσο τῆς πράνα.
Ἀπό τήν πράνα (ζωή) προχωροῦν τά πάντα.

ΤΣΧΑΝΤΟΓΚΙΑ ΟΥΠΑΝΙΣΑΔΑ

Ὅταν ἡ πράνα φύγει ἀπό τό σῶμα, ὅλα τά ὄργανα σταματοῦν νά λειτουργοῦν, γιατί δέν ὑπάρχει καμιά δύναμη μέσα στό σῶμα μεγαλύτερη ἀπό τήν βιοενέργεια (πράνα).

Πραναγιάμ: Στοιχειώδεις ἀσκήσεις

Ἡ *Χάθα Γιόγκα Πραντίπκα* δίνει μεγάλη ἔμφαση στή γιογκική ἀναπνοή γιατί: «ὅλη ἡ ζωή ὑπάρχει ἀπό ἀναπνοή σέ ἀναπνοή», καί λέγεται ὅτι «ὅποιος ἀναπνέει μισά, ζεῖ μόνο μισά». Πρέπει λοιπόν νά ἀναπτύξουμε δίψα γιά ἀέρα. Γιατί «οἱ ζωτικοί ἀέρηδες» λέει ὁ Ἱπποκράτης, «εἶναι τό πραγματικό *pabulum vitae*». Ἡ βαθιά ἀναπνοή εἶναι ἕνα μεγάλο θετικό βοήθημα στήν αὐτοεκπαίδευση καί συντήνει στή συντήρηση τῆς ὑγείας, τῆς νεότητας καί τῆς μακροζωίας. Ἡ συνήθεια τῆς συνειδητῆς βαθιᾶς ἀναπνοῆς εἶναι ἕνα καλό γύμνασμα γιά τά ἀναπνευστικά ὄργανα καί ἐξασφαλίζει μιά ἐλεύθερη κυκλοφορία τοῦ αἵματος. Ἡ ἀναπνοή εἶναι μιά ἐναλλασσόμενη

διαστολή καί συστολή καθώς ὁ ἀέρας εἰσέρχεται ἤ ἐξέρχεται ἀπό τούς πνεύμονες, πού ὀνομάζονται εἰσπνοή καί ἐκπνοή ἀντιστοίχως. Καθεμιά ἀπό αὐτές ἀκολουθεῖται ἀπό μιά παύση ἀναστολῆς καί ὅταν ὁ ἀέρας εἶναι μέσα καί ὅταν ἔχει ἀποβληθεῖ. Ἔτσι ἡ πραναγιάμ ἔχει τέσσερις διαδικασίες: *Πουράκα* ἤ εἰσπνοή, *Ἀντάρ Κουμπάκ* ἤ συγκράτηση μέ τόν ἀέρα μέσα, καί *Ρετσάκα* ἤ ἐκπνοή πού ἀκολουθεῖται ἀπο τή *Βάχια Κουμπάκ* ἤ *Σουνιάκα* δηλ. παύση μετά τήν ἐκπνοή. Αὐτό μπορεῖ νά γίνει μέσο καί τῶν δυό ρουθουνιῶν πολύ πολύ σιγά. Καί πρέπει νά ἐπαναλαβαίνεται δέκα μέ εἴκοσι φορές τό πρωί καί τό βράδυ γιά περίπου τρεῖς μῆνες. Μπορεῖ κανείς νά ἀρχίσει μέ Πουράκα καί Ρετσάκα καί μετά ἀπό λίγο χρονικό διάστημα νά προσθέσει τίς ἄλλες δύο ἀσκήσεις ἤ τίς δύο παύσεις (Ἀντάρ καί Βάχια Κουμπάκα) γιά μερικά δευτερόλεπτα. Μέ τήν ἄσκηση καί τήν ἐπιμονή, μπορεῖ κανείς νά ἀποκτήσει ἐπιδεξιότητα στή γιογκική ἀναπνοή. Τό σταμάτημα τῆς ἀναπνοῆς κατά βούληση μετά τήν εἰσπνοή ἤ τήν ἐκπνοή ὀνομάζεται *Κεβάλια Κουμπάκα*.

Σούκχ Πουρβάκ Πραναγιάμ (Εὔκολος καί ἄνετος τρόπος πραναγιάμ)

Καθισμένος σέ Πάνταμ ἤ Σούκχ Ἀσάνα, πρέπει κανείς νά κλείσει τό δεξιό ρουθούνι μέ τόν ἀντίχειρα τοῦ δεξιοῦ χεριοῦ καί νά ἐκπνεύσει τόν ἀέρα σιγά καί ρυθμικά μέ μιά μακριά καί ἀδιάκοπη ἐκπνοή μέσο τοῦ ἀριστεροῦ ρουθουνιοῦ. Μετά πρέπει νά κλείσει τό ἀριστερό ρουθούνι μέ τό μικρό δάχτυλο ἤ τόν παράμεσο τοῦ δεξιοῦ χεριοῦ καί ἡ Βάχια Κουμπάκ νά κρατηθεῖ ὅσο τό δυνατό περισσότερο χωρίς τήν παραμικρή δυσχέρεια. Μετά ἡ εἰσπνοή πρέπει νά γίνει πολύ πολύ σιγά μέσο τοῦ δεξιοῦ ρουθουνιοῦ, μετά πού βγάζουμε τόν ἀντίχειρα, πού πρέπει νά ἀκολουθηθεῖ ἀπό Ἀντάρ Κουμπάκ. Μετά ἡ διάταξη πρέπει νά ἀντιστραφεῖ. Ὅλες αὐτές οἱ ὀχτώ διαδικασίες ἀποτελοῦν ἕνα πραναγιάμ. Πρέπει κανείς νά ἀρχίσει μέ πέντε ὥς δέκα πραναγιάμ τό πρωί καί τό βράδυ, μέ ἄδειο στο-

μάχι, καί σιγά σιγά νά τά αὐξήσει σέ εἴκοσι, αὐξάνοντας συγχρόνως τήν Κουμπάκ ἤ τή συγκράτηση χωρίς καμιά δυσχέρεια. Ἐνῶ κάνει πραναγιάμ, πρέπει κανείς νά σκέπτεται ὅτι ἀπορροφᾶ στόν ὀργανισμό του *Ντίβια Σαμπάρντι* (Νιγιάμα) ὅπως φιλευσπλαχνία, ἔλεος, ἀγάπη, εἰρήνη καί χαρά, καί ὅτι ἀπορρίπτει ἤ ἀποβάλλει ἀπό τόν ὀργανισμό του τά *Ἀσουράγια Σαμπάρντιε* (Γιάμα) ὅπως θυμό, ἀσέλγεια, ἀπληστεία καί ἐγωισμό. Θά ἦταν καλό νά κάνει κανείς *Σιμράν* ἄν θέλει, κατά τή διάρκεια τοῦ πραναγιάμ.

Στά ἀνώτερα στάδια τοῦ Πραναγιάμ, ἡ ζωτική πνοή ἀνεβαίνει στό Σουσμάνα Νάντι καί κυλᾶ πρός τό *Σαχασράρ*. Τήν κίνηση τήν αἰσθάνεται κανείς στήν ἀρχή ὅπως αὐτή ἑνός μερμηγκιοῦ, βαθμιαία γίνεται σάν αὐτή ἑνός βατράχου, ὥσότου μέ τόν καθαρισμό καί τήν ἐξάγνιση τοῦ νάντι μέ τήν τακτική ἄσκηση, ἡ πράνα ἀρχίζει νά πετᾶ ὅπως ἕνα πουλί.

Ὑπάρχουν διαφόρων εἰδῶν διαδικασίες γιά τόν ἔλεγχο τῆς ἀναπνοῆς. π.χ:

(1) Ἐκπνοή καί εἰσπνοή μέσο καί τῶν δύο ρουθουνιῶν συνδιασμένες μέ Κουμπάκα.

(2) Ἐκπνοή καί εἰσπνοή μέσο τοῦ ἑνός ρουθουνιοῦ κάθε φορά ἀκολουθούμενες ἀπό Κουμπάκα. Ὀνομάζεται *Σούρια Μπεντάνα* καί *Τσάντρα Μπεντάνα,* ὅταν ἐκτελεῖται μέσο τῆς δεξιᾶς καί τῆς ἀριστερῆς μεριᾶς, ἀντιστοίχως.

(3) Εἰσπνοή μέσο καί τῶν δύο καί ἐκπνοή μέσο τοῦ ἑνός ρουθουνιοῦ κάθε φορά.

(4) *Σιτκάρι* καί *Σιτάλι:* Αὐτοί εἶναι δύο τύποι ρουφήγματος καί βυζάγματος τοῦ ἀέρα μέ σουρωμένα χείλια, κατά μῆκος τῆς γλώσσας (μετά πού κλείνουμε τά ρουθούνια) καί ἀφοῦ κρατήσουμε τόν ἀέρα γιά λίγο κάτω βαθιά, τόν ἀποβάλλουμε ἀπό τά ρουθούνια. Αὐτό εἶναι ἀκριβῶς σάν νά πίνουμε τή ζωτική πνοή μέσο τοῦ ράμφους τοῦ κορακιοῦ.

(5) *Μπάσρικα:* Εἶναι τό νά παίρνει κανείς γρήγορες διαδοχικές εἰσπνοές μέ τό ἕνα ρουθούνι καί μετά νά ἀποβάλλει τήν τελευταία εἰσπνοή ἀπό τό ἄλλο ρουθούνι καί ἀντιστρόφως. Εἶναι ἀκριβῶς σάν νά φυσοῦμε τό φυσερό καί γι' αὐτό ὀνομά-

ζεται ἀναπνοή τοῦ φυσεροῦ ἤ *Μπάσρικα*.

Τό πραναγιάμ, ἤ ἡ γιογκική ἀναπνοή, μπορεῖ νά ἀσκηθεῖ μέ ὄφελος καί ἐπιτυχία κάτω ἀπό τήν καθοδήγηση ἑνός Γκουροῦ ἤ ἑνός πεπειραμένου σ' αὐτή τή μέθοδο καί ἀπό αὐτούς πού τηροῦν φιλαλήθεια, ἐγκράτεια, ἀποχή ἀπό ὅλα τά οἰνοπνευματώδη, μετριότητα στή διατροφή, ταπεινότητα καί ὑπομονή, πού δέν παραδίνονται σέ κανένα εἶδος ἀκολασίας, καί πάνω ἀπό ὅλα δέν ὑποφέρουν ἀπό ἀρρώστιες τῆς καρδιᾶς καί τῶν πνευμόνων καί ἀπό "ἐκ γενετῆς" ἀνωμαλίες.

Τό μεγάλο κατόρθωμα τοῦ παναγιάμ εἶναι νά ξυπνήσει καί νά φέρει σέ πλήρη δράση τήν κουλουριασμένη ὀφιοειδή ἐνέργεια τῆς Κουνταλίνι, πού βρίσκεται σέ κοιμισμένη κατάσταση στό κέντρο πού εἶναι στή ρίζα τῆς σπονδυλικῆς. Καθώς ἀνεβαίνει ὅλο καί πιό ψηλά μέσα στό Σουκχμάν, τά διάφορα ἀστρικά (λεπτά) κέντρα στούς λεπτούς νάντι φωτίζονται, ὡσότου φτάνει στό Σαχασράρ, τήν πηγή τοῦ φωτός. Μέ τήν καταστροφή τοῦ πέπλου πού σκεπάζει τήν Λαμπρότητα τῆς Αἰωνιότητας, ὁ νοῦς γρήγορα ἀπορροφᾶται καί ἡ αὐτοσυγκέντρωση ἀκολουθεῖ ἀπό μόνη της.

Ὁ ἔλεγχος τῶν μυῶν καί τῶν νεύρων μέ τήν ἄσκηση τῶν ἀσάνα δέν εἶναι παρά ἕνα προκαταρκτικό στάδιο, καί ἡ ἀληθινή τεχνική τῆς γιόγκα ἀρχίζει μέ τή χαλιναγώγηση τῶν ζωτικῶν πράνα ἤ τῶν δέκα ἀτμομηχανῶν πού εἶναι μέσα στό σῶμα.

Τό πραναγιάμ φέρνει *Τσίτ Σούντχι, Μάνας Σούντχι* καί *Νάντι Σούντχι* καί γι' αὐτό κάνει τό νοῦ σταθερό καί βοηθᾶ στήν αὐτοσυγκέντρωση, καί στήν καταστροφή τῶν καλυμμάτων ἤ κόσα τῆς ψυχῆς. Ἀποβάλλει ὅλες τίς ἐπιθυμίες, καλυτερεύει τόν προσδιορισμό, καί βοηθᾶ στήν τήρηση τῆς *μπραχματσάρια* (ἁγνότητας) καί στήν ἀπόκτηση τῆς *ἐκαγκράτα* (προσήλωση σέ ἕνα σημεῖο) καί τῆς *κουμπάκα* (κατάσταση εἰρήνης), μέ ἤ χωρίς *πουράκ* ἤ *ρετσάκα* ἤ τίς διαδικασίες τῆς εἰσπνοῆς καί τῆς ἐκπνοῆς.

Τό πραναγιάμ πρέπει νά γίνει μετά πού ἐκτελεῖ κανείς τή φυσική του ἀνάγκη καί μετά ἀπό καλό καθάρισμα τῆς ρινικῆς

κοιλότητας μέ ἁγνό καί χλιαρό νερό, καί μέ γαργάρα.

Πρέπει ὅταν ἀσκεῖται νά εἶναι κανείς ὁλομόναχος σέ μιά καθιστή στάση σέ ἕνα δωμάτιο μέ ἀνοιχτά παράθυρα γιά νά μπαίνει μέσα ὁ καθαρός ἀέρας καί μέ κλειστό στόμα. Μετά ἀπό δεκαπέντε λεπτά ἄσκησης, ἕνα ποτήρι γάλα κάνει καλό. Τό λουτρό πρέπει νά ἀποφεύγεται ἀμέσως μετά ἀπό τέτοιου εἴδους γυμνάσματα.

Ὁ σκοπός τοῦ πραναγιάμ εἶναι νά σταματήσει τίς βρίτι τοῦ νοῦ καί νά κάνει τή νοητική ὕλη σταθερή καί ἀκίνητη ὅπως τό φῶς μιᾶς λάμπας σέ ἕνα μέρος χωρίς ἀέρα. Ὅλη ἡ *άμπίας* ἤ ἄσκηση ὁποιαδήποτε καί ἄν εἶναι αὐτή ἔχει ὡς σκοπό της νά κατευθύνει τό νοῦ στήν πηγή του — *Χίρντεϋ Γκούχα* — καί νά τόν κάνει νά ἀπορροφηθεῖ στό ἄτμαν.

Οἱ κακές βρίτι τοῦ νοῦ μποροῦν νά ἀποβληθοῦν μέ τήν καλλιέργεια καλῶν βρίτι, ἔτσι ὥστε νά ἀντικατασταθεῖ ἡ ἀσέλγεια *(Κάμ)* μέ ἁγνότητα *(μπραχματσάρια)*, ἡ ὑπερηφάνεια *(μάντχα)* μέ ταπεινότητα *(νίμρτα)*, ἡ ἀπληστεία *(λόμπχ)* μέ ἱκανοποίηση (σαντός), ἡ φιλαργυρία μέ γενναιοδωρία, ἡ ἀπάτη μέ διάκριση, ἡ ἀτιμία μέ τιμιότητα, ἡ ἀστάθεια μέ ἀποφασιστικότητα, ἡ ἀλαζονεία μέ λεπτότητα, ἡ ζήλεια μέ εὐγένεια, ἡ προσκόλληση μέ μή προσκόλληση, ἡ ἔχθρα μέ φιλία, καί ἔτσι καθεξῆς. Ἡ μέθοδος τῶν Βέδων εἶναι νά κόψει κανείς τά κλωνάρια τῆς *σανκάλπα* ἀπό τό δέντρο τοῦ νοῦ *(μάνας)*, καί μετά νά καταστρέψει τό ἴδιο τό δέντρο κόβοντας τίς ρίζες τοῦ ἐγώ.

Τό Πραναγιάμ ὡς ἕνα σύστημα γιόγκα (Ἡ Πράνα Γιόγκα)

Ἡ σπουδαιότητα τοῦ πραναγιάμ ὡς ἕνα ἀκέραιο μέρος τῆς Χάθα Γιόγκα καί τῆς Ράτζα Γιόγκα εἶναι τόσο μεγάλη, πού μερικοί ἔφτασαν νά τό θεωρήσουν ὡς ἕνα ἀνεξάρτητο σύστημα γιόγκα μόνο του καί τοῦ ἔδωσαν τό ὄνομα Πράνα Γιόγκα.

Ὅπως ἐξηγήσαμε ἤδη, οἱ Ἴντα καί Πινγκάλα νάντι ἀρχίζουν ἀπό τό *σβαντχιστάν τσάκρα*, τό κέντρο τῆς πνοῆς τῆς ζωῆς, διατρέχουν ἑλικοειδῶς γύρω ἀπό τόν κεντρικό νάντι,

τό Σουκχμάνα, καί καταλήγουν στό ἀριστερό καί τό δεξιό ρουθούνι ἀντιστοίχως. Ὁ Ἴντα ἐπιδρᾶται ἀπό τό φεγγάρι ἐνῶ ὁ Πινγκάλα ἐπιδρᾶται ἀπό τόν ἥλιο. Ὁ Ἴντα ἔχει μὲ ἀφθονία τήν ὑγρότητα τοῦ φεγγαριοῦ καί ἀντιπροσωπεύει τή θηλυκή ἀρχή, ἐνῶ ὁ Πιγκάλα ἔχει τήν ἐνέργεια τοῦ ἡλίου καί ἀντιπροσωπεύει τήν ἀρσενική ἀρχή μέσα στή φύση. Καί οἱ δύο αὐτοί νάντι, ὁ ἀρνητικός καί ὁ θετικός, ἐργάζονται κάτω ἀπό τή δράση τῆς *πρακρίτι* καί τῆς *πουρούς* δηλ. τῆς ὕλης καί τῆς ψυχῆς συνενωμένων.

Ὅταν ὁ Πινγκάλα Νάντι, πού ἐπιδρᾶται ἀπό τήν ἐνέργεια τοῦ ἡλίου, εἶναι σέ ἐνεργή κίνηση, ἡ τροφή πού παίρνουμε χωνεύεται εὔκολα καί γρήγορα. Ὅταν ἀρχίζει ὁ Ἴντα Νάντι φέρνει δύναμη καί ζωτικότητα στόν ὀργανισμό καί βοηθᾶ στήν ἀνάπτυξη τοῦ σώματος καί τῶν μυῶν τοῦ σώματος κ.τ.λ. Κάτω ἀπό τήν ἐνεργή ἐπίδραση καί τῶν δύο αὐτῶν οὐρανίων σωμάτων, καθώς λειτουργοῦν μέσο αὐτῶν τῶν νάντι, γίνεται ἡ ἀνάπτυξη καί τῆς φύσης καί τοῦ ἀνθρώπινου εἴδους, θηλυκῶν καί ἀρσενικῶν. Ἡ ὑγρότητα τῆς σελήνης βοηθᾶ στήν παραγωγή τοῦ *ράτζ* στίς γυναῖκες, καί ἡ ζωοδότρια ἐνέργεια τοῦ ἡλίου σέ αὐτή τοῦ *βιράτζ* ἢ σπέρματος στούς ἄντρες.

Κατά τή διάρκεια τῆς ἡμέρας, ὁ ἡλιακός νάντι (πινγκάλα) λειτουργεῖ τόν περισσότερο χρόνο, καί γι' αὐτό ἡ τροφή πρέπει νά παίρνεται ὅταν ἡ ζωτική ἐνέργεια τοῦ ἡλίου εἶναι σέ ἐνεργή κίνηση γιά νά διαλυθεῖ εὔκολα μέσα στόν ὀργανισμό καί ἔτσι νά γίνει πηγή δύναμης. Τροφή πού παίρνεται τή νύχτα μετά τή δύση τοῦ ἡλίου αὐξάνει τόν ὄγκο καί τά λίπη τοῦ σώματος καί δημιουργεῖ πεπτικές ἀνωμαλίες πού μπορεῖ νά ὁδηγήσουν σέ διαταραχή τῆς ἰσορροπίας τῶν στοιχειωδῶν συστατικῶν τοῦ σώματος, ὅπως *κάφ* (φλέγμα), *σάφρα* (ζέστη) καί *σόντα* (ἀεριοῦχες δονήσεις) κ.τ.λ.

Πρανική πειθαρχία

Αὐτή ἡ πειθαρχία μέ λίγα λόγια, εἶναι τό νά ὁρίσει κανείς:

(α) Κάποιο κέντρο μέσα στό σῶμα, ἄς ποῦμε στό πλέγμα τῆς καρδιᾶς ἢ στήν περιοχή τῶν ζωτικῶν ἀέρηδων,

ὅπου κατοικεῖ τό *μάνο - μάι - ἄτμαν*.

(β) Κάποιο κέντρο ἔξω ἀπό τό σῶμα.

(γ) Πρέπει κανείς νά ἐργάζεται καί στά δυό κέντρα καί τό ἐσωτερικό καί τό ἐξωτερικό καί νά κάνει πραναγιάμ στό μεταξύ τῶν δυό κέντρων.

(δ) Τήν ἄσκηση τοῦ *τρατάκ* ἤ τήν πειθαρχία τῆς δρασης (βλέμματος), μέ τό νά φέρει βαθμιαῖα τήν προσοχή ἀπό ἔξω πρός τά μέσα, καί νά τήν κρατᾶ προσηλωμένη σέ ἕνα ἀπό αὐτά τά ἐσωτερικά κέντρα γιά λίγη ὥρα.

Γιά νά θέσει κέντρα ἔξω ἀπό τό σῶμα πρέπει κανείς νά καθήσει σέ μοναξιά καί νά κάνει μιά κίτρινη βούλα σέ ἕνα λευκό χαρτί, πού πρέπει νά τοποθετηθεῖ πάνω στό τραπέζι ἤ νά κρεμαστεῖ στόν τοῖχο στό ἐπίπεδο τῶν ματιῶν. Τό *Τρατάκ* ἤ ἡ προσήλωση τοῦ βλέμματος γίνεται τότε πάνω σ' αὐτή τή βούλα ἐνῶ ὁ πινγκάλα νάντι εἶναι σέ δράση. Ἡ προσοχή πρέπει ἐπίσης νά προσηλωθεῖ καί βαθμιαῖα νά ἀπορροφηθεῖ μέσα στόν *Ἀναχάτ* Ἦχο. Μετά τήν ἄσκηση αὐτή γιά λίγες μέρες, ἡ ἐξωτερική βούλα πρέπει νά ἀλλάξει σέ μπλέ, σέ κόκκινο, σέ ἀνοιχτό ἀσπρογάλαζο, καί τελικά σέ ἕνα πάρα πολύ φωτεινό ἄσπρο χρῶμα, μετά ἀπό μερικές μέρες ἄσκησης πάνω σέ κάθε χρωματιστή βούλα. Ὁ σκοπός τῆς ἄσκησης τοῦ τρατάκ (προσήλωση τοῦ βλέμματος στή βούλα) εἶναι τό νά ἔχει κανείς μιά καθαρή ὄψη τῶν στοιχειωδῶν χρωμάτων πού εἶναι ἀντιπροσωπευτικά τῶν χρωμάτων τῆς γῆς, τοῦ νεροῦ, τῆς φωτιᾶς, τοῦ ἀέρα καί τοῦ αἰθέρα ἀντιστοίχως. Γιά πιό γρήγορα ἀποτελέσματα, αὐτό πρέπει νά γίνεται τό λιγότερο γιά δύο ἤ τρεῖς ὧρες κάθε μέρα. Καλυτερεύει τήν δραση καί βοηθεῖ πολύ στό νά ἐπηρεάζουμε τούς ἄλλους.

Ἐπίσης, πρέπει νά προσέξει κανείς τήν ἀπόσταση μεταξύ τῆς βούλας καί τῶν ματιῶν. Στήν ἀρχή, ἡ βούλα πρέπει νά εἶναι σέ ἀπόσταση περίπου δύο ποδιῶν μετά ἀπό ἄσκηση λίγων ἡμερῶν ἡ ἀπόσταση πρέπει νά ἐλαττωθεῖ σέ ἕνα πόδι καί τρία τέταρτα, σέ ἕνα πόδι, καί μετά σέ μισό πόδι. Ὅταν αὐτό τό τρατάκ ἀναπτυχθεῖ σέ ἕνα εἶδος εὐχάριστης ἀπορρόφησης, μπορεῖ νά τοποθετηθεῖ ἀκόμη πιό κοντά στήν ἄκρη τῆς μύ-

της. Τότε ἀρχίζει ἡ πραγματική σάντνα καί βαθμιαῖα ἡ προσοχή πρέπει νά μεταφερθεῖ στή ρίζα τῆς μύτης μεταξύ τῶν δύο φρυδιῶν. Ἡ σπουδαιότητα αὐτῆς τῆς ἄσκησης εἶναι ὅτι οἱ διασκορπισμένες βρίτι πρέπει νά χαληναγωγηθοῦν ἀπό τοῦ νά περιπλανιοῦνται ἔξω, νά συγκεντρωθοῦν στό ἀκίνητο σημεῖο τοῦ σώματος ἤ τήν ἕδρα τοῦ νοῦ, καί νά ἀντιστραφοῦν πρός τά μέσα καί νά ἔρθουν σέ ἐπαφή μέ τόν Ἀναχάτ Ἦχο. Αὐτό φέρνει, ἀπό μόνο του, ρυθμό στίς πράνα, καί τακτοποιοῦνται ταυτοχρόνως ἀπό μόνες τους καί οἱ βρίτι καί οἱ πράνα. Μέ τή διαδικασία τοῦ τρατάκ, ἐναρμονίζονται ὁ νοῦς καί οἱ πράνα καί ἡ ψυχή ξεφεύγει μέσα ἀπό τή μάνο - μάι καί τήν πράν - μάι κόσα, ἤ θῆκες πού τή σκεπάζουν.

Πλεονεκτήματα τῆς Πράνα Γιόγκα

Ἡ ἄσκηση τῆς Πράνα Γιόγκα βοηθεῖ στήν ἀνάπτυξη ὅλων τῶν αἰσθήσεων, δηλ. τῆς δρασης, ἀκοῆς, ὄσφρησης, ἀφῆς καί γεύσης. Ἕνας γιόγκι μπορεῖ, μέ τή δύναμη τῆς σκέψης του, νά τραβήξει πρός βοήθειά του ἀπό τήν ἀτμόσφαιρα ὅλες τίς δυνάμεις πού θέλει, μέ τό νά τίς ἀναφέρει στή σκέψη του. Μέσα στό σκληρό κρύο τοῦ χειμώνα ἕνας σαντάκ μπορεῖ νά καθήσει σέ σίντ ἀσάνα μέ τό πηγούνι του στεραιωμένο πάνω στό στῆθος του, νά σκεφτεῖ τόν ἥλιο, καί νά ἀρχίσει τήν ἄσκηση μέ τόν πινγκάλα ἤ τόν ἡλιακό νάντι. Ἡ ζέστη θά παραχθεῖ ἀπό μόνη της καί θά τόν κάνει νά σκεπαστεῖ μέ ἱδρώτα. Μέ τόν ἴδιο τρόπο μπορεῖ κανείς, μέσα στή ζέστη τοῦ καλοκαιριοῦ, νά αἰσθάνεται κρύο. Ὅλα αὐτά ἐξαρτιοῦνται ἀπό τή δύναμη τῆς σκέψης, δεδομένου ὅτι γνωρίζει κανείς πῶς νά προσηλώσει τήν προσοχή του στήν ἕδρα τῆς ψυχῆς. Αὐτό εἶναι τό ὕψος τῆς Πράνα Γιόγκα. Μπορεῖ κανείς νά ἀναπτύξει ὅλες αὐτές τίς δυνάμεις φέρνοντας τό νοῦ καί τίς πράνα σέ ἕνα κοινό ἐπίπεδο. Ἡ δύναμη τῆς σκέψης πηγάζει ἀπό τό νοῦ, καί ἡ Πράνα Γιόγκα εἶναι τό νά ἑνώσει κανείς τήν πράνα μέ τό νοῦ στό ἐπίπεδο τῆς ψυχῆς ἤ τό θεῖο ἐπίπεδο.

V ΠΡΑΤΙΑΧΑΡΑ Ή ΕΛΕΓΧΟΣ ΤΩΝ ΑΙΣΘΗΣΕΩΝ (ΑΠΟΣΥΡΣΗ ΚΑΙ ΑΦΑΙΡΕΣΗ)

Αὐτό σημαίνει τήν ἀπόσυρση τῶν αἰσθήσεων ἀπό τά ἀντικείμενα τῶν αἰσθήσεων. Ὁ νοῦς γίνεται ἁγνός μέ τήν ἄσκηση τῶν γιάμα, νιγιάμα καί πραναγιάμα, ἐνῶ ἡ *πρατιαχάρα* δίνει μεγάλη κυριαρχία πάνω στίς αἰσθήσεις. Ὁ ἔλεγχος τῶν αἰσθήσεων, λοιπόν, εἶναι ὁ πρῶτος παράγοντας στήν ἐπιστήμη τῆς γιόγκα. Ἄν δέν τεθοῦν κάτω ἀπό ἔλεγχο καί δέν συγκρατηθοῦν τά ἄγρια ἄλογα τῶν αἰσθήσεων στήν τρελλή σταδιοδρομία τους στούς τομεῖς τῆς ἀπόλαυσης καί τῆς τέρψης, ὁ νοῦς δέν εἶναι δυνατό νά ἀκινητοποιηθεῖ. Γι' αὐτό, οἱ αἰσθήσεις πρέπει νά ἀποσυρθοῦν ἀπό τό ἐπίπεδο τῶν αἰσθήσεων καί νά διαφυλαχτοῦν ἔτσι ὥστε νά μήν παίρνουν μαζί τους μέσα ὅλες τίς ἐξωτερικές ἐντυπώσεις καί ἐπιδράσεις. Ἡ δραση καί ἡ ἀκοή εἶναι οἱ δυό κύριες εἴσοδοι ἀπό τίς ὁποῖες παίρνουμε ὄχι λιγότερο ἀπό τό 88 μέ 95 τά ἑκατό τῶν ἐντυπώσεών μας, καί τό ὑπόλοιπο πέντε περίπου τά ἑκατό ἔρχεται ἀπό τίς ἄλλες αἰσθήσεις. Λοιπόν, εἶναι πολύ μεγάλης σπουδαιότητας τό νά κλείσουμε τους ὑδατοφράκτες τῶν ματιῶν καί τῶν αὐτιῶν γιά νά ἐμποδίσουμε τά νερά τῶν ἐξωτερικῶν χειμάρρων νά μποῦν καί νά πλημμυρίσουν τή λίμνη τοῦ νοῦ. Γιά νά κλείσει τό νοῦ ἀποφασιστικά ἀπό τήν ἔφοδο τῶν αἰσθήσεων, εἶναι ἀναγκαῖο γιά τό σπουδαστή τῆς γιόγκα νά ἀποσύρεται γιά λίγο χρόνο κάθε μέρα μέσα στό «μοναχικό κελλί» τῆς καρδιᾶς του, γιατί εἶναι γνωστό σέ ὅλους μας πώς τά λασπωμένα νερά καθαρίζουν ἀπό μόνα τους ἄν τά ἀφήσουμε νά μείνουν ἤρεμα γιά λίγο χρονικό διάστημα.

Μπορεῖ κανείς νά ἀσκήσει πρατιαχάρα (ἔλεγχο τῶν αἰσθήσεων ὡς προκαταρκτικό στάδιο γιά νά κατορθώσει νά φτάσει σέ μιά κατάσταση ρεμβασμοῦ ἤ ἀπόσυρσης τῶν αἰσθήσεων) μέ τή διάκριση καί τήν ὀξυδέρκεια. Γνωρίζοντας τίς ἀληθινές ἀξίες τῆς ζωῆς, ἀρχίζουμε νά ἀποφεύγουμε τήν ἀνθυγιεινή καί χωρίς ἀξία τροφή στήν ὁποία ἀλλιῶς οἱ αἰσθήσεις κάνουν κατάχρηση, καί ἔτσι ἀρχίζουμε νά ἐλέγχουμε τή νοητική ὕλη. Εἶναι σάν νά ἐξαρθρώνουμε τήν κίνηση τῶν αἰσθήσεων μέσα

στόν κόσμο ἀνατινάζοντας μέ τή δύναμη τῆς διάκρισης, σάν μέ δυναμίτιδα, τούς τομεῖς τῶν ἀπατηλῶν ἀπολαύσεων. Ἡ Πρατιαχάρα εἶναι πολύ οὐσιαστικήγιά νά ἐπιτύχει κανείς στή γιόγκα. Μέ τίς αἰσθήσεις γυρισμένες πρός τά μέσα, ὁ γιόγκι μπορεῖ νά δουλέψει γιά τή συνειδητότητα μέσα του. Μέ τήν ἄσκησή της ὁ νοῦς ἐξαγνίζεται, δυναμώνει σέ αὐτοπεποίθηση, καί γίνεται ἱκανός νά κάνει μιά αὐστηρά πειθαρχημένη καί λιτή ζωή.

Στήν Μπαγκαβάντ Γκίτα ἔχουμε:

> *Ἄς τίς κρατήσει ὅλες (τίς αἰσθήσεις) σέ περιορισμό καί νά συγκεντρωθεῖ σέ μένα γιατί αὐτός πού ἔχει τά αἰσθητήρια ὄργανά του κάτω ἀπό τήν ἐξουσία του ἔχει διαρκή σοφία.*

Οἱ πέντε παράγοντες πού ἀναφέραμε πιό πάνω — *γιάμα, νιγιάμα, ἀσάνα, πραναγιάμ* καί *πρατιαχάρα* — ἀποτελοῦν μιά προετοιμασία γιά τήν πρόοδο στή γιόγκα. Αὐτοί δέν εἶναι παρά δευτερεύοντα καί ὄχι κύρια στοιχεῖα στό σύστημα τῆς γιόγκα. Βοηθοῦν στήν ἐξάγνιση τοῦ σώματος, τῶν πράνα, τοῦ νοῦ καί τῶν ἰντρίγια.

Τώρα ἐρχόμαστε στά ἀπευθείας ἐσωτερικά βοηθητικά τῆς γιόγκα. Αὐτά εἶναι τρία δηλ. *ντάρνα, ντιάν* καί *σαμάντι,* πού ἀποτελοῦν τήν *Ἄνταρανγκ Σάντνα* ἤ τήν ἐσωτερική πειθαρχία.

VI ΝΤΑΡΝΑ Ἡ ΣΑΜΙΑΜ (ΑΠΟΡΡΟΦΗΣΗ Ἡ ΑΥΤΟΣΥΓΚΕΝΤΡΩΣΗ)

Ἔχοντας θέσει κάτω ἀπό ἔλεγχο τίς πράνα μέσο τοῦ πραναγιάμ, καί τίς αἰσθήσεις μέσο τῆς πρατιαχάρα, ὁ σπουδαστής τῆς γιόγκα πρέπει νά προσηλώσει τό νοῦ του σέ κάτι. Μπορεῖ νά προσηλωθεῖ σέ κάτι ἐξωτερικό, ὅπως ἕνα εἴδωλο ἤ μιά φωτογραφία, ἤ σέ ὁτιδήποτε ἄλλο εἶδος ἀντιπροσώπησης· ἤ μπορεῖ νά προσηλωθεῖ σέ κάτι ἐσωτερικό, σέ ὁποιοδήποτε ἀπό τά τσάκρα τοῦ σώματος μέσα στήν *πίντ,* ἤ σέ ὁποιαδήποτε ἰδέα ἤ σέ ὁποιοδήποτε ἀστρικό τσάκρα στήν *οὔντ.* Ἡ Ντάρνα λοιπόν εἶναι ἡ προσήλωση τοῦ νοῦ σέ ἕνα καθορι-

σμένο τόπο, ἀντικείμενο, ἰδέα ἢ κέντρο, ὅ,τι νομίζει κανείς καλύτερο. Ὁποιοδήποτε εἶδος ντάρνα βοηθᾶ στό νά γίνει ὁ νοῦς σταθερός καί εἶναι ὠφέλιμο μέ τό δικό του τρόπο.

(1) Ντάρνα σέ ὁποιαδήποτε ἀπό τίς ἀντιλήψεις τῶν αἰσθήσεων δίνει σταθερότητα στό νοῦ μαζεύοντας τίς περιπλανούμενες σκέψεις σέ ἕνα κεντρικό σημεῖο.

(α) Στήν ἄκρη τῆς μύτης, δίνει τήν ἐμπειρία τῆς *ντίβια γκάντχ* ἢ θείας εὐωδίας. Ὀνομάζεται *βάρτα* σίντι.

(β) Στήν ἄκρη τῆς γλώσσας, δίνει τήν ἐμπειρία τῆς γεύσης τῆς ντίβια οὐσίας ἢ θείας ὕλης· μάνα καί νέκταρ. Ἡ θεία γνώση τῆς γεύσης εἶναι γνωστή ὡς *ἀσβαντάν*.

(γ) Στό μέσο τῆς γλώσσας, δίνει τήν ἐμπειρία τῆς ντίβια ἀφῆς ἢ τήν ἐγγύτητα τῆς θείας παρουσίας. Ἡ θεία γνώση τῆς ἀφῆς εἶναι γνωστή ὡς *βιντάνα*.

(δ) Στή ρίζα τῆς γλώσσας, δίνει τήν ἐμπειρία τῶν ντίβια ἤχων ἢ τῆς θείας ἁρμονίας. Ὀνομάζεται *σραβάνα*.

(ε) Στόν οὐρανίσκο ἢ στήν ὀροφή πάνω ἀπό τή γλώσσα, δίνει τήν ἐμπειρία τῶν ντίβια χρωμάτων ἢ τή λαμπρότητα τῶν στοιχείων. Αὐτή ἡ θεία γνώση τῆς ὅρασης ὀνομάζεται *ἀντάρσα*.

(2) Ντάρνα στή φωτεινή κατάσταση τοῦ νοῦ στήν ἕδρα τοῦ νοῦ: Ἡ ἐκτέλεσή της εἶναι, πρῶτα εἰσπνοή, ἔπειτα ἐκπνοή, καί ἔχοντας συγχρόνως στή σκέψη τό νά γυριστεῖ μέ τήν ὄψη πρός τά πάνω ὁ ὀχταπέταλος λωτός κάτω ἀπό τήν καρδιά, πού τώρα βρίσκεται μέ τήν ὄψη στραμένη πρός τά κάτω, καί μετά προσηλώνοντας τήν προσοχή στό ἐκθαμβωτικό φῶς μέσα στό λωτό μέσο τοῦ ὁποίου περνᾶ ὁ Σουσμάνα ἢ ὁ Μπράχμ Νάντι.

(3) Ντάρνα σέ Διδασκάλους τῆς Ἀλήθειας, ὅπως ὁ Βούδας, ὁ Χριστός ἢ ἀκόμη προτιμότερο, σέ ἕνα ζωντανό Διδάσκαλο, πού εἶναι ἀπελευθερωμένοι ἀπό ὅλες τίς ἐπιθυμίες ἀπελευθερώνει ἐπίσης καί αὐτόν πού τήν ἀσκεῖ ἀπό ὅλες τίς ἐπιθυμίες, τίς προσκολλήσεις τοῦ νοῦ καί τά δεσμά τοῦ νοῦ καί τῆς ὕλης.

(4) Ντάρνα ἤ σαμιάμ σέ ἐξωτερικά ἀντικείμενα: Ντάρνα σέ οὐράνια σώματα ὅπως ὁ ἥλιος, τό φεγγάρι, οἱ πλανῆτες, κ.τ.λ. δίνει ἐμπειρία πέρα ἀπό τίς αἰσθήσεις πχ:

(α) Στόν ἥλιο δίνει τή γνώση τοῦ Μπραχμάντ πού ἀποτελεῖται ἀπό δεκατέσσερεις μπχάβανς ἤ περιοχές· ἑπτά ἀνώτερες ἤ ἀνώτεροι κόσμοι ἤ *λόκα (μπχούρ, μπχούβα, σουάχ, μάχα, τζανάχ, ταπάχ* καί *(σάτιαμ)* καί ἑπτά κατώτερες ἤ κάτω λόκα *(σουτάλα, βιτάλα, ταλατάλα, μαχατάλα, ραζατάλα, ἀτάλα* καί *πατάλα)*.

(β) Στή σελήνη, δίνει τή γνώση τῶν ἄστρων.

(γ) Στόν πολικό ἀστέρα, δίνει τή γνώση τῆς κίνησης τῶν ἄστρων.

(δ) Στόν ἐλέφαντα ἤ *χάνουμαν*, δίνει δύναμη καί γενναιότητα.

(ε) Στή μορφή τοῦ σώματος, κάνει τό ἴδιο τό σῶμα νά ἐξαφανιστεῖ, καθώς ἡ δύναμη τῆς ἀντίληψης σταματᾶ καί ἡ σύνδεση μεταξύ τοῦ φωτός καί τῶν ματιῶν διακόπτεται.

(5) Σάμιαμ σέ ἐσωτερικά κέντρα, στόν ἑαυτό, καί στίς ἰντρίγια: Ντάρνα ἤ σάμιαμ μπορεῖ νά ἀσκηθεῖ πάνω σέ ὁτιδήποτε, ὅπως: στίς ἀρετές στά ἐσωτερικά κέντρα, τά τσάκρα, καί τούς νάντι, ὅπως π.χ.:

(α) Στό *νάμπι* ἤ ἀφαλό *(μανιπούρα τσάκρα)* δίνει τή γνώση τῆς κατασκευῆς τοῦ σώματος.

(β) Στό λακκάκι τοῦ λαιμοῦ *(βισούντχι τσάκρα)*, ἀπελευθερώνει ἀπό τήν πείνα καί τή δίψα.

(γ) Στή *Σαχασράρ*, δίνει θεία ὁράματα καί *ντάρσαν* τῶν *σίντχα*.

Ἡ τελευταία αὐτή μέθοδος εἶναι μέ τήν αὐτοσυγκέντρωση στή *Μπράχμα - ρέντρα* ἤ τή σπηλιά τοῦ Μπράχμα, πού εἶναι ἕνα ἄνοιγμα μέσα στό *μούντχου* ἤ κεφάλι μέσο τοῦ ὁποίου κυλᾶ πρός τά κάτω θεῖο φῶς. Οἱ *Νίργκουν οὐπασάκα* ἐκτελοῦν τόν ἀφηρημένο διαλογισμό τους πάνω σ' αὐτό τό κέντρο, πού εἶναι ἐπίσης γνωστό ὡς *Σαχασράρ*.

(δ) Στό *ἀνχάτ τσάρκα* στήν καρδιά, δίνει τή γνώση

τοῦ νοῦ.

(ε) Στόν *κούρμα νάντι* (τό σωλήνα τοῦ ἀστρικοῦ σώματος μέσα στό στῆθος, κάτω ἀπό τό λαιμό, καί μέσο τοῦ ὁποίου ἡ *Κούρμα* ἢ ἡ ὑποπράνα κινεῖ τά ματόκλαδα), δίνει σταθερότητα στό σῶμα.

(ζ) Στό ἐσωτερικό φῶς τῆς καρδιᾶς, δίνει τή γνώση τοῦ λεπτοῦ (διόραση), τοῦ σκοτεινοῦ (θαμμένους θησαυρούς), τοῦ μακρυνοῦ (σέ μάκρος καί πλάτος).

(6) Μπορεῖ κανείς νά κάνει σάμιαμ πάνω στόν ἴδιο του τόν ἑαυτό. Δίνει διόραση, διακοή καί ἄλλες ὑπερβατικές δυνάμεις, ἐπίσης ἀνώτερη ἀφή, ἀνώτερη γεύση καί ἀνώτερη ὄσφρηση κ.τ.λ., ὅλα μέσο τῆς διαίσθησης ἢ *πρατίμπχα,* χωρίς καμιά ἀπό τίς ἄλλες εἰδικές σάμιαμ.

Μέ σάμιαμ πάνω στήν οὐσιαστική του φύση (τίς δυνάμεις τῆς γνώσης), ἀποκτᾶ κανείς τή δύναμη τῆς ἁγνῆς γνώσης χωρίς τήν ἐξωτερική βοήθεια τῶν αἰσθήσεων καί τῶν ὀργάνων τῶν αἰσθήσεων Μέ τίς ἰντρίγια κοιμισμένες μέσα στά ἀντίστοιχα κέντρα τους, ἀπολαβαίνει κανείς ἀνείπωτη μακαριότητα *ἀνάντ* σέ μιά κατάσταση πού ὀνομάζεται *Σάναντ Σαμάντι.*

(7) Μέ σάμιαμ ἢ ντάρνα πάνω σέ ὁρισμένα χαρακτηριστικά τοῦ σώματος, ὅπως τό πρόσωπο, τή φωνή ἢ ὁτιδήποτε ἄλλο πράγμα, ἀρχίζει κανείς νά καταλαβαίνει τήν κατάσταση καί τή φύση τοῦ νοῦ τῶν ἄλλων.

(8) Μέ σάμιαμ:

(α) Στό νοῦ (ἢ στίς σκέψεις τοῦ νοῦ), γνωρίζει κανείς τό περιεχόμενο τοῦ νοῦ.

(β) Στό χρόνο, ἀποκτᾶ κανείς γνώση γιά τά πάντα.

(γ) Στόν ἀέρα καί τόν αἰθέρα ἢ στή σχέση μεταξύ τῶν δύο, προικίζεται κανείς μέ θεία ἀκοή *(σάμπτ),* καί μπορεῖ νά ἀκούσει ὁποιοδήποτε λεπτό ἦχο ἀπό ὁποιαδήποτε ἀπόσταση ἁπλῶς μέ τή θέλησή του. Ὅμοια, μέ τήν ἐπαφή τῶν *ἀντχιστάνα - μπχούτα (βαγιοῦ τέτζας* καί *πρίθβι,* κ.τ.λ.), μπορεῖ κανείς νά ἀναπτύξει δυνάμεις ἄλλων ὀργάνων στό ἀνώτατο σημεῖο τους.

(δ) Στή σχέση μεταξύ τοῦ αἰθέρα καί τοῦ σώματος, ἢ

στή λαφρύτητα τοῦ βαμβακιοῦ, ἔρχεται ἡ δύναμη τοῦ νά πετᾶ κανείς μέσο τοῦ αἰθέρα ἤ τοῦ ἀέρα, γιατί τό σῶμα γίνεται ἐξαιρετικά λαφρύ, καί μπορεῖ κανείς νά κινηθεῖ ὁπουδήποτε μέσα στόν αἰθέρα ὅπως ἕνα πουλί καί μπορεῖ ἀκόμη καί νά ἱππεύσει πάνω στίς ἀκτίνες τοῦ ἥλιου.

Ἕνας γιόγκι ἔχοντας *σίντι* στήν *Κετσάρι Μούντρα* μπορεῖ ἐπίσης νά πετάξει στόν ἀέρα. (Καί αὐτός πού γνωρίζει τή *Σάμμοχαν Βίντια* ἤ *Ἴντρα Τζάλα* μπορεῖ ἐπίσης νά κινηθεῖ μέσα στό διάστημα, ἀλλά αὐτό εἶναι *τζάλα* ἤ μόνο ἕνα τέχνασμα καί ὄχι κάτι τό πραγματικό, γιατί αὐτός στήν πραγματικότητα παραμένει στό ἔδαφος καί ἄν τόν φωτογραφίσετε δέν θά ὑπάρχει στή φωτογραφία κανένας ἄνθρωπος νά πετάει στόν ἀέρα).

(ε) Στίς τρεῖς τροποποιήσεις τοῦ νοῦ, γνωρίζει κανείς τό παρελθόν καί τό μέλλον.

(στ) Στή *βιντέχα*, μπορεῖ κανείς νά βγεῖ ἔξω ἀπό τό σῶμα μέ τή θέλησή του καί νά δρᾶ χωρίς τό σῶμα, νά αἰσθάνεται τή φύση πού διαπερνᾶ τά πάντα στήν πλήρη πανταχοῦ παρουσία της καί μπορεῖ νά ἐκτελέσει *κάγια παρβές*, δηλ., μπορεῖ νά μπεῖ μέσα στό σῶμα ὁποιουδήποτε ἄλλου ἀνθρώπου καί νά δράσει μέσο τοῦ σώματος καί τοῦ νοῦ του.

(ζ) Στίς *σαμσκάρα* (ἐντυπώσεις τοῦ νοῦ), γνωρίζει κανείς τίς προηγούμενες ζωές του.

(9) Ὅταν ἀποκτήσει κανείς ἐξουσία πάνω:

(α) Στήν *Οὐντάνα βαγιοῦ*, σταματᾶ κανείς νά ἔχει ὁποιαδήποτε ἐπαφή μέ τό νερό, τή λάσπη ἤ τά ἀγκάθια καί μπορεῖ νά σταματήσει νά ὑπάρχει κατά βούληση, γιατί μέσο τῆς *οὐντάνα* μπορεῖ κανείς νά χωρίσει τό ἀστρικό του σῶμα ἀπό τό φυσικό σῶμα καί νά ταξιδεύει μέσα στό διάστημα.

(β) Στή *Σαμάνα βαγιοῦ*, ἀποκτᾶ λαμπρότητα καί μπορεῖ κανείς νά δημιουργήσει φωτιά καί λάμψεις φωτός (ἀστραπές) ἀπό τό σῶμα του.

(10) Μέ σάμιαμ στίς ἀρετές:

(α) Στή φιλική διάθεση καί σέ ἄλλες ἀρετές, ἀποκτᾶται ἡ δύναμη τοῦ νά μπορεῖ κανείς νά διοχετεύει αὐτή τήν ἀρετή καί στούς ἄλλους.

(β) Στή διάκριση (στή διακριτική σχέση μεταξύ τῆς *σάτβα* ἤ ἁγνότητας καί τῆς *πουρούσα* ἤ ψυχῆς), ἀποκτᾶται ἡ δύναμη τῆς παντοδυναμίας καί τῆς πανσοφίας.

(γ) Στόν *σάμπντα*, ἀποκτᾶται ἡ γνώση τῶν ἤχων ὅλων τῶν ζωντανῶν ὄντων (συμπεριλαβαινόμενων καί αὐτῶν τῶν ζώων καί τῶν πουλιῶν).

(δ) Στό κάρμα, γνωρίζει κανείς τήν ὥρα τοῦ θανάτου του.

Ὅταν ὁ νοῦς γίνει ἐξαιρετικά ἁγνός καί γεμίσει ὅλος μέ *σάτβα* μέχρι τίς ρίζες του, ἔρχεται αὐθόρμητη διαφώτιση. Ὁ νοῦς ἔχει πέντε καταστάσεις:

(α) *Κσίπτα*, ἤ ὁ περιπλανόμενος νοῦς, μέ τή νοητική ὕλη σέ μιά κατάσταση συνεχοῦς διασκόρπισης.

(β) *Μούντχα*, ἤ ὁ νοῦς πού εἶναι θολός καί πού ξεχνᾶ καί δέν ξέρει σχεδόν τίποτα. Σ' αὐτή ὁ νοῦς εἶναι σέ μιά κατάσταση μπερδέματος καί βλακείας.

(γ) *Βικσίπτα*, ἤ ὁ νοῦς πού γιά μιά στιγμή περιμαζεύεται καί μπαίνει μέσα καί μετά διασκορπίζεται μακριά. Εἶναι μιά κατάσταση ἀτελοῦς σταθερότητας.

(δ) *Ἐκαγκράτα*, ἤ ὁ νοῦς πού εἶναι προικισμένος μέ προσοχή σέ ἕνα μοναδικό σημεῖο καί σταθερότητα στό σκοπό.

(ε) *Νιρόντχα*, ἤ ὁ νοῦς πού εἶναι πειθαρχημένος, χαλιναγωγημένος καί καλά περιορισμένος.

Καμιά γιόγκα δέν εἶναι δυνατή στίς τρεῖς πρῶτες καταστάσεις. Εἶναι δυνατή μόνο στήν τέταρτη καί πέμπτη κατάσταση.

Ἐκτός ἀπό τίς παραπάνω, ὑπάρχουν ὀκτώ εἴδη *σίντι*, ἤ δυνάμεων πού ἀσκοῦν γενικῶς οἱ *σίντα* ἤ τά ἀνώτερα ὄντα.

(α) *Ἄνιμα* — ἱκανότητα νά εἰσχωρεῖ κανείς μέσα σέ ὅλα τά πράγματα, ἀκόμη καί σέ ἕνα *ἄνου* ἤ ἄτομο ὕλης,

ἔτσι ὥστε νά βλέπει τήν ἐσωτερική κατασκευή του.

(β) *Λάγκιμα* — ἱκανότητα νά ἀποκτᾶ κανείς ἐλαφρότητα, ἔτσι ὥστε νά ἱππεύει ἀκόμη καί πάνω στίς ἀκτίνες τοῦ ἥλιου. Γίνεται συχνά χρήση της στό μετεωρισμό καί στή μεταφορά μέσο τοῦ μετεωρισμοῦ παρά τούς νόμους τῆς βαρύτητας.

(γ) *Γκάριμα* — ἱκανότητα νά γίνεται κανείς βαρύς ὅπως τό ἀτσάλι καί νά ἀκίνητοποιεῖ ὁποιοδήποτε ἀντικείμενο. Εἶναι τό ἀντίθετο τῆς *λάγκιμα*.

(δ) Μάχιμα — ἱκανότητα νά ἀποκτᾶ κανείς τήν ἰδιότητα νά διαπερνᾶ τά πάντα ἐκτενῶς ὅπως τό διάστημα, καί νά βλέπει τή λειτουργία τῆς παγκόσμιας διάταξης καί τῶν ἀπομακρυσμένων πραγμάτων, ὅπως τά ἡλιακά συστήματα.

(ε) *Πράπτι* — ἱκανότητα νά φτάνει κανείς ὁπουδήποτε ἀκόμη καί στή σελήνη. Αὐτή προικίζει τόν ἄνθρωπο μέ μιά αἴσθηση πανεισδυτικότητας.

(στ) *Πρακαμιάμ* — ἱκανότητα τό νά ἐκπληρώνονται ὅλες οἱ ἐπιθυμίες.

(ζ) *Βάσιτβαμ* — ἱκανότητα νά διατάζει κανείς καί νά ἐλέγχει ὅλα τά πλάσματα καί τίς δυνάμεις τῶν στοιχείων, ὅπως τόν ἀέρα, τή βροχή, κ.τ.λ.

(η) *Ἰσίτβα* — ἱκανότητα νά παίζει κανείς τό δημιουργό, τό συντηρητή καί τόν καταστροφέα.

Κοντά σ' αὐτές ὑπάρχουν πολλά δευτεροβάθμια ἐπιτεύγματα πού ἀποκτοῦνται μέ τήν ἁπλή διαδικασία τοῦ αὐτοελέγχου καί τῆς αὐτοσυγκέντρωσης, αὐτά ὀνομάζονται ἐπίσης σάμιαμ, π.χ.,

(1) Νά καταλαβαίνει κανείς τή γλώσσα τῶν πουλιῶν καί τῶν κτηνῶν.

(2) Νά ξέρει κανείς τίς προηγούμενες γεννήσεις του καί νά ξέρει ἀπό πρίν πότε θά πεθάνει.

(3) Νά διαβάζει τίς πιό βαθιές σκέψεις τῶν ἄλλων.

(4) Νά ξέρει γιά μυστικά καί λεπτά πράγματα ἀπό μακριά ὅπως τούς πλανῆτες καί τά ἄστρα.

(5) Νά προλέγει τό μέλλον:

(6) Νά μεταφέρει τόν ἑαυτό του σέ ὁποιοδήποτε τόπο τοῦ κόσμου.

(7) Νά γιατρεύει μέ τήν ἀφή.

(8) Νά ἀποκτᾶ σωματική τελειότητα στό *ρούπα* (στό σχῆμα), στό *ράνγκα* (χρῶμα καί ποιότητα τοῦ δέρματος), στή *μπάλα* (δύναμη καί καρτερία), στή *σανχανάν* (σταθερότητα) καί στή *λαβάνια* (φυσική χάρη) κ.λ.π.

Εἶναι ἀναγκαῖο ἐδῶ νά ἐπιστήσουμε τήν προσοχή γιά τίς ρίντι καί σίντι ἤ τίς ὑπερφυσικές δυνάμεις πού πολύ συχνά ἀποκτᾶ κανείς κατά τήν ἄσκηση τῆς γιόγκα σάντνα ἤ τῆς γιογκικῆς πειθαρχίας. Πρέπει νά ἀποφεύγονται μέ μεγάλη προσοχή, καθώς αὐτές εἶναι θετικά ἐμπόδια στό δρόμο τῆς ἀληθινῆς πνευματικῆς προόδου καί τοῦ κατορθώματος τῆς αὐτογνωσίας καί Θεογνωσίας, πού εἶναι ὁ στόχος καί τό τέλος τοῦ συστήματος τῆς γιόγκα. Οἱ *ντέβα* πολύ συχνά ζηλεύουν τήν ἀνθρώπινη ψυχή πού ταξιδεύει στό Πνευματικό Μονοπάτι. Ἔρχονται μέ χαμόγελο νά ὑποδεχτοῦν τούς γιόγκι πού εἰσχωροῦν στίς ἀνώτερες περιοχές, τούς προσκαλοῦν μέ γλυκά καί πονηρά λόγια καί προσπαθοῦν νά ἐπιφέρουν τήν πτώση τους. Ἀκόμη καί ὁ μεγάλος γιόγκι Βισβαμίτρα γοητεύτηκε ἀπό τήν ὀμορφιά ἑνός οὐράνιου ὄντος, μιᾶς κοπέλλας, πού ἔστειλε ὁ Ἴντρα γιά νά τόν δελεάσει. Αὐτός χωρίς νά τό θέλει ἔπεσε μέσα στήν παγίδα καί ἔπεσε ἀπό τό Μονοπάτι. Αὐτοί οἱ πειρασμοί ἐπιτίθενται στό δεύτερο στάδιο τοῦ ταξιδιοῦ, ἀλλά ἀποδείχνονται ἀνίκανοι νά ἐπιρεάσουν αὐτόν πού εἶναι προσκολλημένος στό Μονοπάτι καί εἶναι σταθερός καί ἀκλόνητος στή σάντνα του.

> *Παράτησε τίς σίντι καί κατάστρεψε τούς σπόρους τῆς σκλαβιᾶς,*
> *Καί φτάσε τήν Κεβάλια, τήν κατάσταση τῆς τέλειας ἄνεσης καί ἀνεξαρτησίας.*

Ἐπίσης:

> *Μή δελεάζεσαι ἀπό τά γοητευτικά χαμόγελα τῶν*

οὐρανίων ὄντων,
Καί ἀπόφυγε τήν ἐπαφή μέ ὅλα ὅσα εἶναι ἀνεπιθύμητα.

ΠΑΤΑΝΤΖΑΛΙ

Ἡ Ντάρνα ὡς σύστημα γιόγκα (Μάνσικ γιόγκα)

Ἡ σταθερότητα τῆς προσοχῆς εἶναι τό οὐσιαστικό πρωταρχικό στοιχεῖο στήν ἐσωτερική σάντνα τῆς γιόγκα, καί ἡ σπουδαιότητά της εἶναι ἀνεκτίμητη. «Ὅταν οἱ αἰσθήσεις σιωπήσουν, ὁ νοῦς εἶναι ἥσυχος, καί ἡ διάνοια δέν ταλαντεύεται — αὐτή, λένε οἱ σοφοί, εἶναι ἡ ἀνώτατη κατάσταση». (Κάθα Οὐπανισάδα II: 3 - 10). Ἐπειδή πράγματι κατέχει μιά κεντρική θέση μέσα στό σύστημα, γι' αὐτό θεωρεῖται αὐτή ἡ ἴδια ἀπό μερικούς ὡς μιά μέθοδος γιόγκα, καί τῆς δίνουν τό ὄνομα *Μάνσικ* ἤ διανοητική γιόγκα (ἡ γιόγκα τῆς ἀπορρόφησης μέσα στόν ἑαυτό).

Οἱ περισσότεροι ἀπό τούς σπουδαστές ἀφιερώνονται μοναδικά καί ὁλοκληρωτικά μόνο στήν αὐστηρή τήρηση τῶν γιάμα καί νιγιάμα, καί γι' αὐτό δύσκολα κάνουν κάποια πρόοδο στό καθαυτό Μονοπάτι τῆς γιόγκα, πού ἔχει ὡς στόχο τήν αὐτογνωσία καί τή Θεογνωσία. Αὐτοί πού προχωροῦν λίγο, δέν πᾶνε πιό πέρα ἀπό τίς γιογκικές στάσεις (ἀσάνα, μούντρα καί μπάντα), καί εἶναι ἀπασχολημένοι μέ τή δόμηση τοῦ σώματος καί τή μυική ἀνάπτυξη, κάνοντάς τα τό μοναδικό στόχο ὅλων τῶν προσπαθειῶν τους. Περιορίζονται στόν τομέα τῆς φυσικῆς ἀγωγῆς τῆς γιόγκα, ἔτσι ὥστε νά ἀποφύγουν τήν ἀρρώστια, τά γηρατειά καί τόν πρόωρο θάνατο. Λίγες τυχερές ψυχές πού προοδεύουν μέχρι τό πραναγιάμ τό θεωροῦν τό πᾶν τῆς γιογκικῆς σάντνα καί, βρίσκοντας εὐχαρίστηση στό νά μαζεύουν τίς πράνα τους μέσα στή *Μπραχμαρέντρα*, περνοῦν τόν περισσότερο χρόνο τους ὅπως μιά χελώνα μέσα στό καβούκι τους στή *γιόγκα νίντρα*, θεωρώντας τήν ἀδράνεια ὡς τό ἀνώτατο εἶδος τοῦ σαμάντι. Ὅλα αὐτά δέν εἶναι παρά μέσα γιά τους ἀνώτερους σκοπούς τῆς γιόγκα καί πρέπει νά ἀσκοῦνται μόνο μέ αὐτή τήν ἄποψη. Ὁ στόχος τῆς γιόγκα εἶ-

ναι ἡ αὐτογνωσία μέ μιά τακτική διαδικασία αὐτοανάλυσης καί ἀπόσυρσης, ἔτσι ὥστε νά γίνει κανείς ἱκανός να ὑψωθεῖ πάνω ἀπό τή σωματική συνειδητότητα σέ ἀνώτερη κοσμική καί ὑπέρκοσμική συνειδητότητα.

Ἡ ἀληθινή γιόγκα εἶναι μιά φυσική διαδικασία χωρίς τίποτα τό τεχνητό. Πρέπει νά εἶναι εὐκολονόητη καί εὔκολη νά ἀσκηθεῖ. Ἀλλά ἐπειδή ὑπάρχει ἔλλειψη κατάλληλων δασκάλων, καλά καταρτισμένων στή θεωρία καί στήν πρακτική τῆς γιόγκα, αὐτή ἔχει γίνει ἕνα ὀχληρό πράγμα καί μιά περίπλοκη ὑπόθεση, πολύ δύσκολη γιά νά κατανοηθεῖ καί ἀκόμη πιό δύσκολη γιά νά ἀσκηθεῖ. Σήμερα, ἡ ζωή ἔχει γίνει πολύ πολύπλοκη γιά νά μπορεῖ νά ἐπιτρέψει σέ ἕναν ἄνθρωπο νά ἔχει τόν ἐλεύθερο χρόνο καί τήν εὐκαιρία νά τελειοποιηθεῖ σέ ὅλους τούς κλάδους τῆς γιόγκα (πού στόν καθένα τους χρειάζεται ὅλο καί περισσότερη εἰδίκευση μέ τό πέρασμα τοῦ χρόνου), καί μετά νά προχωρήσει πρός τόν τελικό στόχο. Τό ἀποτέλεσμα εἶναι ὅτι οἱ ὑποψήφιοι ἀρχίζουν ἐσφαλμένα νά νομίζουν τόν ἕνα ἤ τόν ἄλλο κλάδο τῆς γιόγκα ὡς τόν τελικό καί διασκορποῦν τήν ἐνέργεια τους σ' αὐτή τήν ἐπιδίωξη, ἱκανοποιημένοι ἁπλῶς καί μόνο μέ τήν ἀπόκτηση φυσικῶν ἤ μαγικῶν δυνάμεων.

Στήν πραγματικότητα, ὁ νοῦς στήν κατάσταση τοῦ *σουσούπτι* (ἤ βαθιοῦ ὕπνου) συμπίπτει μέχρι ἑνός σημείου μέ τό κατώτερο ἐπίπεδο μακαριότητας *(ἀνάντ)* καί τό κατώτερο ἐπίπεδο γνώσης *(βίτζιαν)*, γιατί ὅταν ξυπνήσει κανείς, συνεχίζει νά ἔχει στή συνειδητότητά του τήν ἐντύπωση τῆς ἀδιατάραχης καί γνήσιας μακαριότητας πού ἀπόλαυσε στό βαθύ ὕπνο. Ἀλλά αὐτή εἶναι μιά ἀκούσια ἐμπειρία μέσα στήν *πίντ* ἤ τό ἐπίπεδο τῶν αἰσθήσεων καί ὄχι μιά πού ἀποκτήθηκε θεληματικά. Μέ τή σωστή κατανόηση καί πρακτική τῆς πραγματικῆς σάντνας, μπορεῖ κανείς ἄφοβα νά σηκώσει τόν πέπλο καί νά κάνει μιά βουτιά μέσα στήν πηγή τῆς μακαριότητας σέ ἕνα πνευματικό ἐπίπεδο, ὁποτεδήποτε θελήσει, καί μπορεῖ νά παραμείνει σέ ἐπαφή ἐσωτερικῶς μέ τό ἴδιο τό ρεῦμα ζωῆς, πού εἶναι αὐτή ἡ ἴδια ἡ πηγή τῆς ἀληθινῆς μακαριότητας καί εὐτυ-

χίας. Ἀκριβῶς ὅπως μέ τό πραναγιάμ, μπορεῖ νά φέρει κανείς σέ ἐπαφή τίς πράνα μέ τό νοῦ, ἔτσι καί μέ τήν πρατιαχάρα καί τή ντάρνα, μπορεῖ νά φέρει κανείς σέ ἐπαφή τό νοητικό ἐπίπεδο μέ τό ἐπίπεδο τῆς γνώσης στά ἀνώτερα πνευματικά κέντρα.

Ὁ ὅρος *πρατιαχάρα* σημαίνει «ἀναχαίτιση», καί γι' αὐτό ὑποδηλώνει τό συγκράτημα τῆς νοητικῆς ὕλης καί τῶν αἰσθήσεων ἀπό τοῦ νά κυλοῦν ἔξω μέσα στόν κόσμο καί νά περιτριγυρίζουν σέ ἀναζήτηση αἰσθησιακῶν ἀπολαύσεων ἀπό τά ἀντικείμενα τῶν αἰσθήσεων. Ἀλλά αὐτό εἶναι σχεδόν ἀδύνατο ἄν οἱ αἰσθήσεις καί ὁ νοῦς δέν προμηθευτοῦν μέ κάτι παρόμοιο ἤ κάτι πιό εὐχάριστο ἀπό τά ἀντικείμενα τοῦ κόσμου, πού μπορεῖ νά χρησιμοποιηθεῖ σάν ἄγκυρα γιά νά κρατήσει τίς αἰσθήσεις καί τό νοῦ προσηλωμένο ἐσωτερικῶς. Αὐτό ὀνομάζεται *ντάρνα*, πού σημαίνει «τό νά δέχεται κανείς», καί «τό νά εἶναι ἀπορροφημένος» στό ἀντικείμενο τῆς αὐτοσυγκέντρωσης. Ἡ Πρατιαχάρα καί ἡ ντάρνα πᾶνε μαζί γιατί ὁ νοῦς πρέπει ἀπό τή μιά μεριά νά ἀποκοπεῖ ἀπό τίς ἐξωτερικές γήινες ἀπολαύσεις, καί ἀπό τήν ἄλλη, νά προμηθευτεῖ, μέ κάτι πιό ἑλκυστικό ἐσωτερικῶς.

Οἱ γιόγκι, ἐνῶ κάθονται σέ μιά ἀσάνα, πρῶτα ἐλέγχουν τό πλέγμα τοῦ ἀφαλοῦ καί μετά τραβῶντας τίς πράνα στό καρδιακό πλέγμα τίς κάνουν νά συμπέσουν μέ τό ἐπίπεδο τοῦ νοῦ, καί μετά, μέ διάφορες ἀσκήσεις ὅπως τρατάκ σέ κάποιο ἀνώτερο κέντρο, προσπαθοῦν νά κάνουν τό νοῦ νά γυρίσει πρός τά μέσα καί νά ὀπισθοχωρήσει. Τό πρῶτο μέρος ὀνομάζεται πρατιαχάρα καί τό δεύτερο, τῆς ὀπισθοχώρησης καί ἀπορρόφησης στό ἀνώτερο κέντρο, ὀνομάζεται ντάρνα.

Ὁ νοῦς ἁπλῶς καί μόνο ἀπό τή δύναμη τῆς συνήθειας, πού ἀνέρχεται σέ αἰῶνες καί αἰῶνες, ἔχει ἀποκτήσει μιά τάση νά τρέχει πίσω ἀπό τίς ἀπολαύσεις. Οἱ ἀπολαύσεις τοῦ κόσμου μπορεῖ νά ταξινομηθοῦν σέ πέντε κατηγορίες ὡς ἑξῆς:

(α) *Ρούπ* καί *ράνγκ,* ἤ ὅμορφα σχήματα, σχέδια καί χρώματα πού μποροῦν νά ἑλκύσουν τό μάτι.

(β) *Σάμπτ* ἤ μελωδίες, ἁρμονικές καί μαγευτικές, πού

μποροῦν νά αἰχμαλωτίσουν τό αὐτί.

(γ) *Ράς* ἤ νόστιμες τροφές πού μποροῦν νά σκλαβώσουν τόν οὐρανίσκο.

(δ) *Γκάντχ* ἤ εὐωδιάζοντα ἀρώματα πού μποροῦν ἀμέσως νά ἑλκύσουν τήν ὄσφρηση.

(ε) *Σπάρς* ἤ εὐχάριστα συναισθήματα πού ἔρχονται ἀπό τήν ἀφή.

Στήν κατάσταση τοῦ ξύπνου μέ τίς αἰσθήσεις ἄγρυπνες χαίρεται κανείς τή φυσική ἄποψη τῶν ἀπολαύσεων ὅπως τίς ἀπαριθμήσαμε πιό πάνω. Στήν κατάσταση τοῦ ὀνείρου, πού εἶναι λίγο πολύ μιά ἀντανάκλαση τῆς ἀστρικῆς ἤ λεπτῆς, ἀπολαβαίνει κανείς περισότερο τόν ἦχο, γιατί σ' αὐτή τήν κατάσταση ὁ ἦχος ἔχει μιά ἀπευθείας ἕλξη στό νοῦ. Στήν κατάσταση τοῦ βαθιοῦ καί χωρίς ὄνειρα ὕπνου, πού εἶναι μιά ἀντανάκλαση τῆς αἰτιατῆς ἤ κατάστασης τοῦ σπόρου, ἔχει κανείς τή γνώση τῆς βαθιᾶς ἀπορρόφησης.

Πρέπει, λοιπόν, κανείς νά τραβήξει τόν ἑαυτό του μέσα στό κέντρο τῆς καρδιᾶς μέσο τοῦ τρατάκ σέ διάφορα χρώματα τῶν στοιχείων πού εἶναι συνδεμένα μέ τόν αἰθέρα, τόν ἀέρα, τή φωτιά, τό νερό καί τή γῆ, καί αὐτά θά ἀναπτυχτοῦν σέ μαγευτική λαμπρότητα. Μέ τακτική πρακτική, οἱ γιόγκι ἀποκτοῦν ὑπερφυσικές δυνάμεις καί ἱκανότητες νά γεύονται καί τίς πέντε ἀπολαύσεις πού ἀναφέραμε πιό πάνω στή λεπτή τους μορφή ἀπό μακρυνή ἀπόσταση. Αὐτές οἱ δυνάμεις ἔρχονται φυσικά μέ τή σύμπτωση τῶν πράνα μέ τό νοῦ.

Ἡ ἄσκηση τῆς πρατιαχάρα καί τῆς ντάρνα μπορεῖ νά ἀναπτυχτεῖ ἀκόμη περισσότερο μέ τή βοήθεια τοῦ τρατάκ, μέχρι πού νά μπορεῖ κανείς νά κινηθεῖ καί νά ἀποτραβηχτεῖ πρός τά μέσα καί πρός τά πάνω ἀπό τό κέντρο τῆς καρδιᾶς στό κέντρο τοῦ θυρεοειδῆ ἤ τοῦ λαιμοῦ *(κάνθ τσάκρα)* καί ἔτσι νά ἔρθει σέ ἐπαφή μέ τό ἐπίπεδο τῆς γνώσης. Αὐτή ἡ κίνηση ἀπό ἕνα κατώτερο κέντρο σέ ἕνα ἀνώτερο ἐπιτυχαίνεται μέ τήν ἄσκηση καί τῆς πρατιαχάρα, μέ τήν ὁποία κατορθώνει κανείς νά ἀφήσει τό κατώτερο κέντρο, καί τῆς ντάρνα, μέ τήν ὁποία πιάνει κανείς καί ἀπορροφᾶται μέσα στό ἀμέσως ἑπόμενο

ἀνώτερο κέντρο. Αὐτή ἡ διαδικασία συνεχίζει ὡσότου φτάσει κανείς τό *ἄγγια τσάκρα,* πού εἶναι πίσω καί μεταξύ τῶν δύο φρυδιῶν, τήν ἕδρα τῆς ψυχῆς ἀπό ὅπου λειτουργεῖ στό φυσικό κόσμο στήν ξύπνια κατάσταση.

Καθώς τά αἰσθητήρια ρεύματα συναθροίζονται σ' αὐτό τό κέντρο, καί ὑψώνεται κανείς, ξεχνώντας τόν ἑαυτό του, πάνω ἀπό τή σωματική συνειδητότητα, ἀνατέλει μέσα του βαθμιαῖα, τό ἐσωτερικό πνευματικό φῶς, τό ὁποῖο μέ μεγάλη ἀπορρόφηση ἤ ντάρνα ἀναπτύσσεται σέ μεγαλύτερη λαμπρότητα. Μέ τελειοποίηση στή ντάρνα ἤ πλήρη ἀπορρόφηση σ' αὐτό τό σημεῖο, ὅλα τά κέντρα μέχρι κάτω στό *μούλ* ἤ *γκούντα* τσάκρα στόν πρωκτό, γίνονται φωτεινά.

Σχετικά μέ αὐτό, μποροῦμε ἐδῶ νά ἀναφέρουμε τή φυσιολογία τοῦ συστήματος τῆς γιόγκα. Τό ἐγκεφαλονωτιαῖο σύστημα εἶναι τό κύριο στήριγμα τοῦ σώματος. Ἡ σπονδυλική στήλη στήν ὁρολογία τῆς γιόγκα ὀνομάζεται *Μερού* ἤ *Μπράχμ Ντάντα.* Σύμφωνα μέ τή *Σίβα Σαμχίτα,* ὑπάρχουν στό ἀνθρώπινο σύστημα 350.000 νάντι, καί ἀπό αὐτούς, οἱ ἑξῆς δέκα παίζουν ἕνα σπουδαῖο ρόλο:

(1) *Ἴντα:* Ἀρχίζοντας ἀπό τό κατώτερο πλέγμα *(γκούντα τσάκρα),* στή δεξιά μεριά τῆς σπονδυλικῆς στήλης, ἐκτείνεται ἑλικοειδῶς γύρω ἀπό τό σουσμάνα καί φτάνει μέχρι τό ἀριστερό ρουθούνι.

(2) *Πινγκάλα:* Ἀρχίζοντας ἀπό τό ἴδιο τσάκρα στήν ἀριστερή μεριά τῆς σπονδυλικῆς στήλης, ἐκτείνεται ἑλικοειδῶς μέχρι τό δεξί ρουθούνι.

(3) *Σουσμάνα* ἤ *Σουκχμάνα:* Εἶναι ὁ κεντρικός νάντι μεταξύ τοῦ ἴντα καί τοῦ πινγκάλα νάντι καί διατρέχει τή σπονδυλική στήλη ἀπό τό γκούντα τσάκρα μέχρι τό Μεγάλο Ἄνοιγμα, γνωστό ὡς *Μπραχμαρέντρα,* πίσω καί μεταξύ τῶν δύο φρυδιῶν.

(4) *Γκαντχάρι:* Ἔρχεται στό ἀριστερό μάτι, ξεκινώντας ἀπό τό ἐμπρός μέρος τοῦ κεντρικοῦ νάντι.

(5) *Χαστιτζίβχα:* Ἔρχεται στό δεξί μάτι, ξεκινώντας ἀπό τό πίσω μέρος τοῦ κεντρικοῦ νάντι.

Σχεδιάγραμμα τῶν Τσάκρα ἤ Πλεγμάτων

Ἀρ.	*Ἕδρα τῶν γαγγλιονικῶν κέντρων*	*Προεδρεύοντες θεότητες (τῶν Ἰνδῶν καί τῶν Σούφι)*	*Στοιχεῖα συνδεμένα μέ αὐτά*	*Ἀντιπροσωπευτικά χρώματα*	*Λειτουργίες κάθε κέντρου*	*Ἀποτέλεσματα τοῦ διαλογισμοῦ πάνω σ' αὐτό*
1	Γκούντα (πρωκτός)	Γκάνες	Γῆ	Κίτρινο	Ἐξάγνιση τοῦ σώματος	Ἀπαλλάσσει ἀπό ὅλες τίς ἀρρώστιες καί χαρίζει τήν ἱκανότητα νά πετᾶ κανείς στόν ἀέρα.
2	Ἴντρι (γεννητικό όργανο)	Μπράχμα (Μιχαήλ)	Νερό	Μπλέ	Δημιουργία τοῦ εἴδους	Ἀφοβία, ἀπελευθέρωση ἀπό κάθε δεσμό.
3	Νάμπχι (ἀφαλός)	Βίνσου (Ἰσραήλ)	Φωτιά	Κόκκινο	Συντήρηση καί διαφύλαξη τοῦ εἴδους	Κύριος ὅλων τῶν ἐπιθυμιῶν θεραπεύει ὅλες τίς ἀσθένειες, βλέπει κανείς τούς κρυμμένους θησαυρούς· ἱκανότητα νά μπαίνει κανείς μέσα σέ ἄλλα σώματα.
4	Χίρντεϋ (καρδιά)	Σίβα (Γαβριήλ)	Ἀέρας	Ἀσπρογάλανο (γκριζο-πό)	Ἀποσύνθεση, φθορά καί θάνατος τοῦ εἴδους	Τό παρελθόν, τό παρόν καί τό μέλλον, ἀποκαλύπτουν ὅλα τά μυστικά τους.
5	Κάνθ (λαιμός)	Σάκτι (ἡ Μεγάλη Μητέρα τοῦ Σύμπαντος)	Αἰθέρας (διαπερνᾶ τά πάντα)	Ἄσπρο (καθάριο)	Ἡ δύναμη πού ἐλέγχει τά πάντα μέσο τῶν τριῶν Ἀντιβασιλέων πού ἀναφέραμε πιό πάνω μέ τίς εἰδικές λειτουργίες τους.	Γίνεται κανείς ἕνας γιογκισουάρ καί γνώστης τῶν Βεδῶν, καί ζεῖ χίλια χρόνια.
6	Ἄγγια ἤ Ἀτζνα (τοποθετημένο πίσω καί μεταξύ τῶν δύο φρυδιῶν μέ τό Ἀνταχκαράν ἤ τόν νοῦ)	Ἄτμαν — τό ἀποσωματομένο πνεῦμα, ἀπελευθερωμένο ἀπό ὅλα τά ἐνδύματα.	Ἡ ἐνεργή ἀρχή τῆς ζωῆς· ἡ ἴδια ἡ ψυχή τῆς Δημιουργίας.	Ἀκτινοβολία καί Φωτεινότητα σέ πλήρη λαμπρότητα, ἀνείπωτη.	Τό πᾶν, ἔμφυτο σέ κάθε πράγμα, τό Ἄλφα καί τό Ὠμέγα ὅλων ὅσα ὑπάρχουν, ὁρατά καί ἀόρατα.	Δίνει τό ἀνώτατο ἀγαθό, μέ ὅλες τίς δυνάμεις καί φυσικές καί ὑπερφυσικές.

(6) *Πούσπα:* Ἔρχεται στό δεξί αὐτί ἀπό τόν κεντρικό νάντι.

(7) *Γιασβίνι:* Ἔρχεται στό ἀριστερό αὐτί ἀπό τόν κεντρικό νάντι.

(8) *Ἀλαμπχούς:* Ἐκτείνεται στή ρίζα τῶν βραχιόνων.

(9) *Κούχου* ἤ *Σούμπχα:* Πάει κάτω μέχρι τήν ἄκρη τοῦ γεννητικοῦ ὀργάνου.

(10) *Σάνκχνι:* Πηγαίνει κάτω στόν πρωκτό.

Οἱ πρῶτοι τρεῖς, ὁ ἴντα, ὁ πινγκάλα καί ὁ σουσμάνα νάντι εἶναι οἱ πιό σπουδαῖοι. Ὁ ἴντα καί ὁ πινγκάλα νάντι προτοῦ νά μποῦν στή βάση τῶν ρουθουνιῶν, διασταυρώνονται καί εἶναι γνωστοί ὡς γαγγλιοποιημένες χορδές.

Ὁ τρίτος, ὁ σουσμάνα ἤ σουκχμάνα, ἤ ὁ κεντρικός νάντι, περνᾶ μέσα ἀπό τή σπονδυλική στήλη καί διαπερνᾶ ἔξι πλέγματα ἤ κέντρα ὡς ἑξῆς:

(α) *Μουλαντάρα* (Βασικό Πλέγμα) μέ ἕνα τετραπέταλο λωτό, πού ἐκτείνεται σέ τέσσερεις πλευρές.

(β) *Σβαντχιστάνα* (Τό Πλέγμα τοῦ Ὑπογάστριου) μέ ἕνα ἑξαπέταλο λωτό πού ἐκτείνεται σέ τέσσερεις πλευρές, ἐπιπλέον ἔχει ἕνα πέταλο πρός τά πάνω καί ἕνα πρός τα κάτω.

(γ) *Μανιπουράκα* (Ἡλιακό Πλέγμα) μέ ἕνα ὀκταπέταλο λωτό, πού ἔχει τέσσερεις ἐπιπρόσθετες πλευρές μεταξύ τῶν ἀρχικῶν τεσσάρων.

(δ) *Ἀναχάτα* (Καρδιακό Πλέγμα) μέ ἕνα δωδεκαπέταλο λωτό. Εἶναι ἕνας λωτός τοῦ ἤχου πού δέν προῆλθε ἀπό κρούση ὅπως ὑποδηλώνει τό ὄνομα.

(ε) *Βισούντχα* (Πλέγμα τοῦ φάρυγγα) μέ ἕνα δεκαεξαπέταλο λωτό, πού εἶναι ἕνας αἰθερικός λωτός πού διαπερνᾶ τά πάντα. Εἶναι ἕνα κέντρο μεγάλης ἁγνότητας ὅπως δείχνει τό ὄνομα.

(ζ) *Ἄγγια* (Τό Πλέγμα τοῦ Σπηλαίου) μέ ἕνα διπέταλο λωτό, ὀνομάζεται ἐπίσης καί *Ἄτζνα Τσάκρα,* πού σημαίνει τό κέντρο τῆς διοίκησης.

Ἐκτός ἀπό τά παραπάνω πλέγματα, ὑπάρχει τό *Ἀνταχκαράν* (πού ἀποτελεῖται ἀπό τά: *τσίτ, μάνας, μπούντι* καί *ἄχαν-*

καρ), μέ ἕνα τετραπέταλο λωτό, ἔτσι γίνονται ὅλα μαζί πενήντα δυό πέταλα, πού ἀντιστοιχοῦν στά πενήντα δύο γράμματα τοῦ Σανσκριτικοῦ ἀλφαβητάριου, πού εἶναι ἡ μητέρα ὅλων τῶν γλωσσῶν. Πρέπει ὅμως νά ὑψωθοῦμε πάνω ἀπό ὅλα τά *Ἄκσρα* σέ μιά κατάσταση πάνω ἀπό αὐτά πού ὀνομάζεται *Νέ - ἄκχσρα πάρα,* πού εἶναι αἰώνια καί διαρκής καί γιά τήν ὁποία ὁ Καμπίρ λέει:

> *Οἱ τρεῖς λόκα καί τά πενήντα δύο γράμματα εἶναι ὅλα ὑποκείμενα στή φθορά,*
> *Ἀλλά ὁ αἰώνιος καί ὁ διαρκής ἱερός Λόγος ξεχωρίζει τελείως ἀπό αὐτά.*
>
> **ΚΑΜΠΙΡ**

Κάθε δυό πλέγματα (βλέπε σχεδιάγραμμα στή σελίδα 83) κάνουν μαζί ἕνα *γκράνθι* ἤ κόμβο καί αὐτοί εἶναι οἱ: *Μπράχμα Γκράνθι, Βίσνου Γκράνθι* καί *Σίβα Γκράνθι.*

Τό μονοπάτι τῶν γιόγκι ὅπως περιγράφτηκε πιό πάνω ἀσχολεῖται μέ διαλογισμό πάνω σ' αὐτά τά ἕξι κέντρα, ἀρχίζοντας ἀπό τό κατώτατο καί βαθμιαῖα ἀνεβαίνοντας ἀπό τό ἕνα στό ἄλλο, ἀπό τό κατώτερο στό ἀμέσως ἀνώτερο, μέσο τῆς πρατιαχάρα καί τῆς ντάρνα ὅπως ἐξηγήσαμε ἤδη. Σ' αὐτή τή διαδικασία, φωνάζει κανείς γιά βοήθειά του τήν *κουνταλίνι σάκτι,* ἤ τή μεγάλη ὀφιοειδή δύναμη πού βρίσκεται κοιμισμένη στό vagus νεῦρο κουλουριασμένη σέ τρεῖς καί μισή δίπλες, ὅπως ἕνα φείδι. Αὐτή ἡ κοιμισμένη ἐνέργεια ἤ δύναμη ξυπνᾶ μέ τή βοήθεια τοῦ πραναγιάμ. Ἕνας γιόγκι ποσπαθεῖ νά συγκεντρώσει ὅλους τούς ζωτικούς ἀέρες πού εἶναι μέσα στό σῶμα, στό κέντρο τοῦ πλέγματος τοῦ ἀφαλοῦ καί μέ αὐτή τή διαδικασία ξυπνᾶ ἐπίσης καί τήν κοιμισμένη δύναμη. Ἀπό τό *Ἄτζνα Τσάκρα* πιάνεται ἀπό τόν *ἄναχατ* ἦχο καί φτάνει στό *Σαχασράρ,* τόν ἀνώτατο οὐρανό τῶν γιόγκι. Εἶναι ἕνα ἀρκετά μακρύ, κοπιαστικό καί δύσκολο μονοπάτι. Σέ καθένα ἀπό τά κέντρα, πρέπει κανείς νά δουλέψει σκληρά γιά χρόνια προτοῦ νά μπορέσει νά ἐπιτύχει νά τό δαμάσει καί νά τό διαπεράσει καί νά ἀνέβει στό ἑπόμενο ἀνώτερο κέντρο. Δέν μπορεῖ κανείς νά κάνει αὐτή τή δύσκολη πειθαρχία χωρίς ἕνα δυνατό

καί εὔρωστο σῶμα, ἱκανό νά ἀντεπεξέλθει σέ μιά συνεχή καί ἐπίμονη προσπάθεια γιά πολύ χρονικό διάστημα.

Ὡς ἕνα πρωκαταρκτικό βῆμα, ἕνας γιόγκι πρέπει νά καθαρίσει τούς στάβλους τοῦ Αἰγείου μέ ἡράκλειο δύναμη καί γι' αὐτό πρέπει νά καταφύγει στίς *Χάθα - γιόγκα - κρίγια,* ἤ σέ γυμνάσματα ὅπως *ντότι, μπάστι, νεόλι, γκάτζ κάραμ* καί *βατζρόλι,* κ.τ.λ. μέ αὐστηρό ἔλεγχο τῆς διατροφῆς. Ἐπίσης, γιά τόν ἔλεγχο τοῦ νοῦ, πρέπει νά κάνει πραναγιάμ ἤ καλῶς συστηματοποιημένα ἀναπνευστικά γυμνάσματα ὅπως *πουράκα, κουμπάκα, ρετσάκα* καί *σουνιάκα,* πού ὅλα ἀπαιτοῦν μεγάλη φροντίδα, προσοχή καί ἐπιδεξιότητα, κάτω ἀπό τήν καθοδήγηση ἑνός πεπειραμένου.

Ἡ διαδικασία τῆς γιόγκα, ὅπως περιγράφτηκε πιό πάνω, εἶναι γεμάτη ἀπό ἀναρίθμητες δυσκολίες. Εἶναι μιά διαδικασία ὅμοια μέ αὐτή τοῦ θανάτου μέ ἔλεγχο, μιά βίαιη ἀπόσπαση ὄχι μόνο τοῦ πνευματικοῦ ρεύματος ἀπό τό ἕνα κέντρο στό ἄλλο, ἀλλά καί τῶν πράνα ἐπίσης, πράγμα τό ὁποῖο τήν κάνει ἀκόμη πιό δύσκολη. Αὐτή πράγματι ἀκολουθεῖ τή διαδικασία τοῦ θανάτου, πού εἶναι ἡ ἀντιστροφή τοῦ ρεύματος τῆς ζωῆς καθώς κατεβαίνει ἀπό κέντρο σέ κέντρο, στή διαδικασία τῆς δημιουργίας. Στή διαδικασία τοῦ θανάτου, τό στοιχεῖο τῆς γῆς ἀνεβαίνει πάνω ἀπό τό γκούντα τσάκρα στό ἴντρι τσάκρα καί διαλύεται ἐκεῖ μέσα στό νερό, ἀφήνοντας ἔτσι τά χέρια καί τά πόδια χωρίς ζωή. Ὅταν τό στοιχεῖο τοῦ νεροῦ ὑψωθεῖ στό νάμπι τσάκρα, μεταμορφώνεται στήν κατάσταση τοῦ ἀτμοῦ ἀπό τή φωτιά στήν περιοχή τοῦ ἀφαλοῦ καί παραλύουν τά γεννητικά ὄργανα· μετά, τό ἴδιο τό στοιχεῖο τῆς φωτιᾶς ἐξαλείφεται μέσα στό στοιχεῖο τοῦ ἀέρα στό καρδιακό πλέγμα κάνοντας τήν περιοχή κάτω ἀπό τήν καρδιά νά παγώσει τελείως. Ὅταν τό στοιχεῖο τοῦ ἀέρα αἰθεροποιεῖται στό κάνθ, τήν ἕδρα τοῦ αἰθέρα, ἀκινητοποιεῖ τήν καρδιά καί τό σφυγμό. (Πρέπει νά σημειωθεῖ ὅτι σ' αὐτό τό σύστημα τό σταμάτημα τῆς καρδιᾶς δέν σημαίνει τό τέλος τῆς ζωῆς ἀλλά μόνο προπορεύεται ἀπό αὐτό). Ἀκόμη καί στήν ἄσκηση τοῦ Σέχατζ συστήματος τῆς γιόγκα, πρέπει κανείς νά διασχίσει καί νά πε-

ράσει ἀπό τήν ἴδια ἀκριβῶς διαδικασία, μόνο πού ἡ δεύτερη μέθοδος εἶναι φυσική, ἐνῶ ἡ πρώτη μέθοδος εἶναι ἐσκεμμένη καί μέ ἔλεγχο καί γι' αὐτό εἶναι πάρα πολύ δύσκολο νά ἐκτελεστεῖ. Καθένα ἀπό τά *τάττβα* βυθίζεται μέ τή σειρά του μέσα στήν πηγή του· ἡ ἄννα μέσα στίς πράνα, οἱ πράνα μέσα στίς μάνας, οἱ μάνας μέσα στή βίτζιαν καί ἡ βίτζιαν μέσα στό κάνθ πλέγμα. (Μπορεῖ νά ἀναφερθεῖ ὅτι οἱ Βισναβίτες καί οἱ Καμπίρ Πάνθι φοροῦν φύλλα ἀπό τούλσι καί οἱ Σιβίτες φοροῦν σίβλινγκ γύρω ἀπό τό λαιμό, γιά νά θυμοῦνται τό κάνθα τσάκρα πού τό ἔχουν ὡς τόν τελικό σκοπό τους). 'Αντί αὐτή τή δύσκολη γιογκική διαδικασία ἀντιστροφῆς ἀπό τό βασικό πλέγμα πρός τά πίσω καί πρός τά πάνω στό Σαχασράρ, τήν περιοχή τῶν χιλιοπέταλων φώτων, πόσο πιό εὔκολο θά ἦταν νά ἀγνοήσει κανείς τίς πράνα (ὅπως κάνουμε στήν καθημερινή μας ζωή), νά συναθροίσει τό αἰσθητήριο ρεῦμα στήν ἕδρα τῆς ψυχῆς στό ἄτζνα τσάκρα, ὅπου εἴμαστε πάντοτε κατά τήν κατάσταση τοῦ ξύπνου, καί νά προχωρήσουμε κατευθεῖαν πρός τά πάνω μέ τή βοήθεια τοῦ 'Ηχητικοῦ Ρεύματος (στό ὁποῖο μπαίνουν οἱ γιόγκι μετά ἀπό μιά δύσκολη μάχη μέ τά ἕξι γαγγλιονικά κέντρα μέσα στήν *πίντ* ἤ τό σῶμα) γιά νά φτάσουμε στό Σαχασράρ. Τό 'Ηχητικό Ρεῦμα ἔχει μιά μαγνητική ἕλξη, πού εἶναι πολύ δύσκολο να τῆς ἀντισταθεῖ κανείς, ὅταν ἡ ψυχή ὑψώνεται πάνω ἀπό τή σωματική συνειδητότητα κάτω ἀπό τήν καθοδήγηση κάποιου ἱκανοῦ καί τελείως ἁρμόδιου ζωντανοῦ Διδασκάλου, πού μπορεῖ νά ξυπνήσει τόν παλμό τῆς ζωῆς μέσα μας.

VII ΝΤΙΑΝ (ΘΕΑΣΗ Ἤ ΔΙΑΛΟΓΙΣΜΟΣ)

'Από τή συνεχή αὐτοσυγκέντρωση, ὅπως ἀντιμετωπίζεται ἀπό τή ντάρνα, ἀναπτύσσεται μιά συνεχής ροή ἀντίληψης, πού ὀνομάζεται *ντιάν* ἤ θεώρηση (διαλογισμός). 'Η ντιάν ἤ ὁ διαλογισμός εἶναι δύο εἰδῶν: χοντρός καί λεπτός (ἀστρικός). Εἶναι σχεδόν ἀδύνατο νά ἀρχίσει κανείς κατευθεῖαν μέ λεπτό διαλογισμό. Γι' αὐτό πρέπει νά ἀρχίσει πρῶτα μέ χοντρό διαλογισμό, προτοῦ νά κάνει λεπτό διαλογισμό. 'Ο χοντρός ἤ

ἀντικειμενικός διαλογισμός εἶναι τό νά διαλογίζεται κανείς στήν προσωπική ἄποψη τοῦ Θεοῦ, τῆς *Ἴστ*, ἑνός Θεανθρώπου ἤ ἑνός Γκουροῦ (τοῦ ζωντανοῦ ἁγίου Διδασκάλου).

Στό λεπτό διαλογισμό, ἡ προσοχή εἶναι προσηλωμένη στό *μπίνντου* ἤ τό μοναδικό μάτι, τό ἀκίνητο σημεῖο μέσα στό σῶμα πίσω καί μεταξύ τῶν δύο φρυδιῶν. Εἶναι ἡ διασταύρωση τοῦ χρόνου καί τοῦ ἐκτός χρόνου ὅπου ὁ Ἀνεκδήλωτος ἐκδηλώνεται. Ἡ ἀντανάκλασή του εἶναι μέσα στήν *πίντ* ἤ τήν κατώτερη περιοχή τοῦ σώματος, δηλ. τό *γκούντα τσάκρα*, ὅπου βρίσκεται ἡ κολουριασμένη ἐνέργεια σέ μιά κλειδωμένη κατάσταση. Μετά ἀπό λίγη ἄσκηση στό μπίνντου, τό μαῦρο στίγμα γίνεται φωτεινό καί βαθμιαῖα τό ἐσωτερικό φῶς παίρνει τή Φωτεινή Μορφή τοῦ Διδασκάλου. Ἀπό δῶ ἀρχίζει αὐτό πού ὀνομάζεται φωτεινή θεώρηση.

> *Ὅταν εἶναι κανείς σέ διαλογισμό καί ἐμφανιστεῖ ὁ Θεάνθρωπος ἐσωτερικῶς, βλέπει κανείς τά μυστικά τῆς Αἰωνιότητας ὅπως μέσα σέ ἕνα ἀνοιχτό βιβλίο.*
>
> **ΡΟΥΜΙ**

Στή χοντρή θέαση (ὅταν ἀτενίζει κανείς μέ τά ὑλικά μάτια) διαλογίζεται πάνω στήν ἀντιληπτή μορφή *(σουαρούπ)* τοῦ *Ἴστ - ντέβα* ἤ τοῦ Γκουροῦ, στή λεπτή θέαση διαλογίζεται στό *ἀρούπ* (στό χωρίς μορφή), ἤ στό σκοτεινό σημεῖο τῆς αὐτοσυγκέντρωσης μεταξύ τῶν φρυδιῶν, πού βαθμιαῖα γίνεται ἀκτινοβόλο.

Ἐδῶ μποροῦμε νά κρούσουμε τόν κώδωνα κινδύνου στούς ἀναζητητές τῆς Ἀλήθειας. Δέν μποροῦμε νά ἔχουμε κανένα σπουδαῖο ἀποτέλεσμα μέ διαλογισμό πάνω στή μορφή τῶν Διδασκάλων τοῦ παρελθόντος, οἱ ὁποῖοι ἔχοντας ἐκπληρώσει τή θεία τους ἀποστολή πάνω στή γῆ, τοῦ νά συνδέσουν τίς *τζίβα* ἤ ψυχές τοῦ καιροῦ τους, δέν εἶναι πιά σέ ἐπαφή μέ τό φυσικό κόσμο. Ἐπίσης, πρέπει νά εἴμαστε προσεχτικοί στήν ἔρευνά μας γιά ἕναν τέλειο Διδάσκαλο, γιατί ὁποιοσδήποτε διαλογισμός πάνω στή μορφή ἑνός ἀτελῆ διδασκάλου δέ θά καρποφορήσει. Γιά νά ἀποφύγει κανείς ὅλες τίς παγίδες, εἶναι

πολύ πιό ἀσφαλές νά ἀφήσει κατά μέρος τό διαλογισμό πάνω σέ ὁποιαδήποτε μορφή, εἴτε ἑνός περασμένου εἴτε ἑνός ζωντανοῦ Διδασκάλου. Εἶναι καλύτερα νά ἐκτελεῖ τή σάντνα σύμφωνα μέ τίς ὁδηγίες πού τοῦ δόθηκαν καί ἄν ὁ Διδάσκαλος εἶναι ἕνας τέλειος Διδάσκαλος, ἡ Φωτεινή του Μορφή θά φανερωθεῖ ἀπό μόνη της ἐσωτερικῶς καί θά ἀναλάβει τήν ἀτομική ψυχή μόλις ἀνέβει πάνω ἀπό τή σωματική συνειδητότητα. Ὁ Ἴδιος ὁ Θεός φανερώνεται ἐσωτερικῶς μέ τή μορφή ἑνός *Γκουρουντέβα* δεδομένου βεβαίως ὅτι ὁ Γκουρού εἶναι πραγματικά ριζωμένος μέσα στή δύναμη τοῦ Θεοῦ. Αὐτές οἱ παρατηρήσεις ἀφοροῦν, μέ μικρές ἀλλαγές στίς λεπτομέρειες, τό διαλογισμό στίς *Ἰστ-ντέβα* ὅπως γίνεται γενικά. Τό νά διαλογιστεῖ κανείς πάνω στόν Χωρίς Μορφή εἶναι πέρα ἀπό τήν ἀνθρώπινη κατανόηση, ἐπειδή δέν μπορεῖ κανείς νά διανοηθεῖ γιά τήν Πραγματικότητα πέρα ἀπό κάθε ἀντίληψη. Σέ τέτοιες περιπτώσεις μπορεῖ κανείς νά ἔχειστιγμιαῖεςθεάσεις ἀπό τά λεπτά στοιχεῖα, τά ὁποῖα ἀπό μόνα τους δέν μποροῦν νά μᾶς ὁδηγήσουν πουθενά.

Τό διάβασμα τῶν γραφῶν καί τῶν ἄλλων ἱερῶν βιβλίων δέν ἔχει μεγάλο ὄφελος σ' αὐτό τό Μονοπάτι ἐκτός τοῦ νά κινήσει τό ἐνδιαφέρον μας. Ὁ μεγαλύτερος δάσκαλος τῆς ἀνθρωπότητας εἶναι ὁ ἄνθρωπος. Φτάνει νά ξέρει κανείς πῶς νά ἀνοίξει τίς σελίδες τοῦ μεγάλου ζωντανοῦ βιβλίου τῆς ἀνθρώπινης καρδιᾶς («καρδιά» ἐδῶ σημαίνει τήν ἕδρα τῆς ψυχῆς, δηλ. τό *ἄγγια* ἤ *ἄτζνα τσάκρα)* πού εἶναι τό μόνο ἀνεξάντλητο θησαυροφυλάκιο ὅλης τῆς γνώσης καί ὅλης τῆς σοφίας. Δέν ἔχει κανείς νά κάνει τίποτα ἄλλο παρά νά κλείσει τα μάτια του, νά ἀποσύρει τίς αἰσθήσεις, νά μπεῖ μέσα στό ἱερό τῆς καρδιᾶς του καί νά βυθίσει τήν ἴδια του τήν ὕπαρξη μέσα στήν Ὑπέρτατη Ψυχή, μέσα στά κατάβαθα ἐσωτερικῶς. Αὐτός, πού Παντοτινά Ὑπάρχει, τό Αὐτόφωτο Φῶς, τέλειος στόν Ἑαυτό Του, καί πάντοτε ὁ ἴδιος, κατοικεῖ μέσα στό ναό τοῦ ἀνθρώπινου σώματος, καί αὐτός πού ἐπιθυμεῖ νά Τόν γνωρίσει καί νά Τόν φτάσει πρέπει νά σκάψει βαθιά μέσα του, καί τά πάντα θά τοῦ ἀποκαλυφτοῦν χωρίς ἀμφιβολία.

«Κρούετε καί θέλει σᾶς ἀνοιχτεῖ», εἶναι τό ρητό τῶν σοφῶν καί τῶν προφητῶν σέ ὅλους τούς τόπους καί σέ ὅλες τίς ἐποχές. Αὐτή ἡ βουτιά μέσα μας δίνει στήν ψυχή μιά ἀκέραιη ἐμπειρία ὅλων ὅσα ὑπάρχουν, εἴτε ὁρατά εἴτε ἀόρατα, μιά ἀπευθείας ἔμφυτης ἀντίληψης γνώση καί θεία σοφία, τά ὁποῖα εἶναι ὅλα δῶρα πού ἔρχονται ἀπό μόνα τους, καί χαρίζονται μέ ἀφθονία, ἄν ξεχάσει κανείς τόν κόσμο, ξεχάσει τούς φίλους καί τούς συγγενεῖς του, ξεχάσει τό περιβάλλον του, ἀκόμη καί αὐτή τήν ἴδια τή σωματική του ὀντότητα. Ἡ θεληματική λησμονιά εἶναι ἡ μεγαλύτερη πνευματική σάντνα. Ξεχνώντας ὅλα τά ἄλλα πρέπει κανείς νά ὑψωθεῖ πάνω ἀπό τή σωματική συνειδητότητα, γιατί αὐτός εἶναι ὁ πρωταρχικός ὅρος τοῦ σωστοῦ διαλογισμοῦ.

> *Θέλεις ἀγαπᾶ Κύριον τόν Θεόν σου ἐξ ὅλης τῆς καρδίας σου, καί ἐξ ὅλης τῆς ψυχῆς σου, καί ἐξ ὅλης τῆς δυνάμεώς σου, καί ἐξ ὅλης τῆς διανοίας σου.*
>
> **ΧΡΙΣΤΟΣ**

Μέ βαθύ καί σιωπηλό διαλογισμό, πρέπει κανείς νά βυθίσει τήν ἴδια του τήν ὀντότητα μέσα στή γλυκειά θέαση τοῦ Ἀγαπημένου ἐσωτερικῶς καί νά χάσει τόν ἑαυτό του μέσα στή Μεγάλη Ψυχή τοῦ Σύμπαντος. Αὐτή εἶναι ἡ ἀνώτατη θέαση, καί ὁδηγεῖ στόν πολύ ἐπιθυμητό στόχο τοῦ σαμάντι.

Ἡ Ντιάν ὡς ἕνα σύστημα γιόγκα (ἡ Γιόγκα τῆς Θέασης)

Ἔχοντας μελετήσει τά οὐσιώδη τῆς ντιάν, εἴμαστε τώρα σέ θέση νά μελετήσουμε τή ντιάν ὡς ἕνα σύστημα γιόγκα μόνη της. Ὁ νοῦς διαπερνᾶ τά πάντα. Ὁ Καμπίρ λέει ὅτι ὁ μάνας (νοῦς) ἔχει τήν ἕδρα του μέσα σέ κάθε καρδιά καί γι' αὐτό κρατᾶ ἀκριβῶς τή μεσαία θέση στό ἀνθρώπινο σῶμα. Τό νοητικό ρεῦμα κτίζει πάντοτε τίς δικές του σφαῖρες καί εἰδικά καθώς κατεβαίνει πρός τά κάτω. Αὐτή ἡ κεντρική θέση τοῦ μάνο-μάι καλύμματος τοῦ δίνει μιά ἰδιαίτερη σπουδαιότητα.

Αὐτό ἔχει δύο καλύμματα πάνω ἀπό αὐτό, τά Βίτζιαν - μάι καί Ἄναντ - μάι, καί δύο κάτω ἀπό αὐτό, τά Πράν - μάι καί Ἄννα - μάι. Ἄν στρέψει πρός τά πάνω, γνωρίζει τή σοφία (φώτιση) καί τή μακαριότητα. Ἄν στρέψει πρός τά κάτω, γνωρίζει τόν πρανικό καί τό φυσικό κόσμο.

(1) *Ἄτζνα Τσάκρα,* ἡ περιοχή τοῦ τρίτου ματιοῦ, πίσω ἀπό τά δύο φρύδια, εἶναι συνδεμένη μέ τήν ἄναντ - μάι κόσα.

(2) *Κάνθα Τσάκρα,* ἡ περιοχή μεταξύ τοῦ τρίτου ματιοῦ καί τοῦ χίρντεϋ, εἶναι τό κέντρο τῆς βίτζιαν- μάι κόσα.

(3) *Χίρντεϋ Τσάκρα* εἶναι ἡ περιοχή τῆς Χίρντεϋ (καρδιᾶς), ὅπου οἱ πράνα ἤ οἱ ζωτικοί ἀέρες βασιλεύουν ὑπέρτατα. Εἶναι τό κέντρο τῆς μάνο - μάι κόσα.

(4) *Νάμπι Τσάκρα,* εἶναι τό μέρος τῆς χίρντεϋ περιοχῆς πού ἐκτείνεται κάτω στόν ἀφαλό, εἶναι τό κέντρο τῆς πράν - μάι κόσα.

(5) *Ἴντρι Τσάκρα,* ἡ περιοχή τοῦ ἀφαλοῦ πού ἐκτείνεται κάτω στό γκούντα, εἶναι τό κέντρο τῆς ἄννα - μάι κόσα.

(6) *Γκούντα Τσάκρα* εἶναι τό βασικό πλέγμα ἤ ἡ ρίζα ὅπου εἶναι ριζωμένοι ὅλοι οἱ λεπτοί (ἀστρικοί) σωλῆνες ἤ νάντι.

Καί οἱ πέντε θῆκες (κόσα) εἶναι οἱ διάφορες ἕδρες ἀπό ὅπου μπορεῖ κανείς νά λειτουργεῖ στά διάφορα ἐπίπεδα· τά δύο ἀνώτερα εἶναι πνευματικά καί τά δύο κατώτερα εἶναι ἐπίπεδα τῶν αἰσθήσεων.

Ἡ ἄναντ - μάι θήκη εἶναι τό *κάραν* ἤ τό αἰτιατό σῶμα (τό σῶμα τοῦ σπόρου) ἀπό τό ὁποῖο ξεπηδοῦν ὅλα τά ἄλλα πού εἶναι κάτω ἀπό αὐτό δηλ. τό λεπτό (ἀστρικό) καί τό φυσικό ἐπίπεδο πιό κάτω. Ἡ βίτζιαν μάι εἶναι στενά συνδεμένη μέ αὐτή καί εἶναι ἡ πιό κοντινή σ' αὐτή.

Οἱ τρεῖς θῆκες, ἡ βίτζιαν - μάι ἡ μάνο - μάι καί ἡ πράν - μάι ἀποτελοῦν μαζί τό *σούκσαμ* ἤ τό λεπτό σῶμα μέσα στόν ἄνθρωπο, πού εἶναι ὁ συνδετικός κρίκος μεταξύ τῶν ἄλλων δύο, τῆς ἄναντ - μάι ἐπάνω, καί τῆς ἄννα - μάι κάτω, ἤ τοῦ αἰτιατοῦ καί τοῦ φυσικοῦ, ἀντιστοίχως.

Ἡ ἄννα - μάι κόσα εἶναι ἡ ἐσωτερική φόδρα, ἄς ποῦμε, τοῦ φυσικοῦ σώματος καί εἶναι στενά συνδεμένη μέ τήν πράν -

μάι κόσα.

Καί στά τρία σώματα, ὁ νοῦς εἶναι ὁ ἐνεργός πράκτορας, καθώς δραστηριοποιεῖται ἀπό τή δύναμη - ζωῆς τῆς ψυχῆς, γιατί ἐργάζεται στή ζωή καί τό φῶς της. Πράγματι, φαινομενικά μόνο ἡ δύναμη τοῦ νοῦ ἐργάζεται καί κρατᾶ σέ τάξη ὅλες τίς τέσσερεις ἄλλες κόσα. Στό φυσικό σῶμα εἶναι ἡ ἕδρα ἀπό ὅπου οἱ πέντε αἰσθητήριες καί οἱ πέντε κινητήριες δυνάμεις ἐκτελοῦν τίς λειτουργίες τους στό φυσικό ἐπίπεδο. Ὅμοια, εἶναι ἀπό αὐτόν (δηλ. ἀπό τό νοῦ) πού οἱ πέντε λεπτές (πρανικές) δυνάμεις μαζί μέ τίς νοητικές δυνάμεις τῶν *τσίτ, μάνας, μπούντι* καί *ἄχανκαρ* ἐκτελοῦν τή δουλειά τους στό λεπτό ἐπίπεδο. Καί ἐπίσης εἶναι ὁ νοῦς πού ὅταν ἡσυχάσει κάνει ὅλες τίς σέ λανθάνουσα κατάσταση καί τίς νοούμενες ἐντυπώσεις νά ἠρεμήσουν καί ἀντανακλᾶ τό φῶς καί τόν ἦχο τοῦ πνεύματος. Αὐτή εἶναι λοιπόν ἡ ἀπέραντη ἐξουσία τοῦ νοῦ πού ἐκτείνεται ἀπό τό φυσικό στό αἰτιατό ἐπίπεδο, καί γι' αὐτό συχνά ὀνομάζεται *Τριλόκι Νάθ* ἤ ὁ Κύριος τῶν τριῶν κόσμων. Στό αἰτιατό ἐπίπεδο ἐξυπηρετεῖ ὡς μιά ἀσημένια ὀθόνη, πού παίρνει καί ἀντανακλᾶ τίς δονήσεις μέ τή μορφή Φωτός καί μέ αὐτή τοῦ Ἤχου.

Πλεονεκτήματα τῆς Ντιάν Γιόγκα

Τά πλεονεκτήματα τῆς γιόγκα τῆς θέασης ἤ τῆς ντιάν εἶναι ἀναρίθμητες. Αὐτός πού ἀσχολεῖται σ' αὐτό τό εἶδος τῆς γιόγκα μπορεῖ ἁπλῶς καί μόνο μέ τό διαλογισμό νά κάνει ὅλες του τίς ἐπιθυμίες νά ἐκπληρωθοῦν. Τό «Ὅπως σκέπτεσαι, ἔτσι γίνεσαι», εἶναι ἕνα πολύ γνωστό γνωμικό. Μέ διαλογισμό στίς ἰδιότητες τοῦ Θεοῦ μπορεῖ κανείς νά ἀναπτύξει αὐτές τίς ἰδιότητες μέσα του καί νά γίνει ἕνας αὐτόπτης μάρτυρας τοῦ Οὐράνιου Φωτός, ἐνῶ οἱ αἰσθήσεις του ἀποκτοῦν ὑπερφυσικές δυνάμεις. Καί ὁ νοῦς ἐπίσης γεύεται τή μακαριότητα τῆς *βίτζιαν*, ὅταν οἱ *τσίτ βρίτι*, ἤ οἱ νοητικές διακυμάνσεις σταματοῦν.

Αὐτή ἡ γιόγκα ἀπαλλάσσει ἀπό ὅλες τίς ἁμαρτίες, καί αἰσθάνεται κανείς μιά ἐσωτερική μακαριότητα καί μιά ἠρεμία

γαλήνης. Όλων τῶν εἰδῶν οἱ νοητικές ἀσθένειες, ὅπως ὁ φόβος, ἡ ντροπή, ἡ ἀβεβαιότητα καί ἡ ἐπιβολή ἐξαφανίζονται βαθμιαῖα καί δίνουν τή θέση τους στήν ἀφοβία, τήν ἐμπιστοσύνη, τή σταθερότητα καί τήν εὐτυχία, καί ἀποκτᾶ κανείς μιά ἀτάραχη διάθεση τοῦ νοῦ σέ ὅλες τίς παραλλασσόμενες συνθῆκες τῆς ζωῆς. Δέν κυριεύεται οὔτε ἀπό τήν προσκόλληση οὔτε ἀπό τή μή προσκόλληση, καί ὅπως ἕνα ἄνθος λωτοῦ, ἐπιπλέει πάνω ἀπό τή ρυπαρότητα τῆς κοινῆς ὕπαρξης. Γνωρίζοντας τίς ἀληθινές ἀξίες τῆς ζωῆς, γίνεται σταθερός στίς πεποιθήσεις του καί δέν εἶναι πιά θύμα τῶν ἀβάσιμων φόβων καί τῶν τυχαίων ἀνέμων πού φυσοῦν πάνω του. Δέν ἔχει καμιά αἰτία νά ἐπαινέσει ἤ νά κατηγορήσει καί γι' αὐτό, μιλᾶ λίγο καί κάνει πολλά· ὅλες του οἱ πράξεις ὑποκινοῦνται ἀπό καλοσύνη καί καλή διάθεση πρός ὅλους. Τά λόγια του εἶναι γλυκά σάν μέλι καί ἔχουν κύρος. Δέ βασανίζεται ἀπό τήν ὑπερηφάνεια καί τήν προκατάληψη, ἀλλά διάγει μιά ζωή τέλειας μετριότητας καί δικαιοσύνης. Νικᾶ τή νωθρότητα καί τήν ὀκνηρία· τρώει λίγο καί κοιμᾶται λίγο καί δέν ὑπάρχει σχεδόν καμιά διαφορά στήν κατάστασή του τοῦ ξύπνου καί τοῦ ὕπνου. Αὐτός παραμένει πάντοτε ἀδιατάραχτος, μέ ἕνα ἀκτινοβόλο και φωτεινό πρόσωπο πού δείχνει τήν ἐσωτερική του δόξα. Ὁ Καμπίρ λέει:

> *Ὁ κόσμος δέν εἶναι παρά μιά μυθώδης σκλαβιά καί ὁ Καμπίρ κεντρωμένος μέσα στό Νάαμ εἶναι ἐλεύθερος γιά πάντα.*

VIII ΣΑΜΑΝΤΙ

Ὁ ὅρος *σαμάντι* προέρχεται ἀπό δύο Σανσκριτικές ρίζες: *σάμ* πού ἔχει ὡς ἀντίστοιχο στήν Ἀγγλική γλώσσα (σημ. Μεταφρ. καί στήν Ἑλληνική) τό «σύν» πού σημαίνει «μαζί μέ», καί *ἄντι* (τό Πρωταρχικό Ὄν) μέ τό ἀντίστοιχό του στήν Ἑβραϊκή γλώσσα τό *Ἄντον* ἤ *Ἀντονάι* πού σημαίνει «Κύριος», καί τά δύο μαζί, τό *σάμ* καί τό *ἄντι* ὑποδηλώνουν μιά κατάσταση κατά τήν ὁποία ὁ νοῦς εἶναι τελείως ἀπορροφημένος στόν Κύριο ἤ Θεό. Αὐτή εἶναι μιά κατάσταση κατά τήν ὁποία ὅλες οἱ μορφές πού περιορίζουν φεύγουν μακριά καί τό

ἄτομο, μέ τήν προσωπικότητά του τελείως διαλυμένη, ἔχει ἐμπειρία τῆς μεγάλης ἀλήθειας — *Ἄγιαμ Ἄθμα Μπράχμα* — «Ἐγώ εἶμαι Ἐσύ».

Αὐτό εἶναι τό τελευταῖο στάδιο καί τό ἀποκορύφωμα τῆς πολύ ἐκτενοῦς διαδικασίας τῆς ἐμπειρικῆς γιόγκα, καί γι' αὐτό μποροῦμε νά ποῦμε πώς εἶναι ἡ ἀπάνθιση τοῦ γιογκικοῦ συστήματος. Ἡ ἴδια ἡ ντιάν ἀναπτύσσεται βαθμιαῖα σέ σαμάντι ὅταν αὐτός πού θωρεῖ ἤ πού διαλογίζεται χάνει κάθε σκέψη τοῦ ἑαυτοῦ του, καί ὁ νοῦς γίνεται *ντχία - ρούπα*, αὐτή ἡ ἴδια ἡ μορφή τῆς σκέψης του. Σ' αὐτή τήν κατάσταση ὁ ὑποψήφιος δέν ἔχει συνείδηση κανενός ἐξωτερικοῦ ἀντικειμένου ἐκτός ἀπό τήν ἴδια τή Συνείδηση, μιά κατάσταση πανμακαριότητας ἤ τέλειας εὐτυχίας.

Ὑπάρχουν δυό τρόποι μέσο τῶν ὁποίων μπορεῖ νά κατορθωθεῖ ἡ κατάσταση τοῦ σαμάντι. Οἱ *Βεντέχα* (ἤ αὐτοί πού ὑψώνονται πάνω ἀπό τή σωματική συνειδητότητα) τήν κατορθώνουν καταστρέφοντας αὐτή τήν ἴδια τή φύση τῆς νοητικῆς ὕλης πού τρέχει συνεχῶς πίσω ἀπό τά ὑλικά ἀντικείμενα, μέ τό νά τή διοχετέψουν στή μέ προσοχή ἀτένιση πάνω σέ ἕνα σημεῖο ἐσωτερικῶς. Οἱ ἄλλοι ἀναπτύσσουν αὐτή τήν κατάσταση ἀσκώντας πρῶτα ὀξυδέρκεια καί διάκριση μέσο τῆς πίστης, τῆς ἐνέργειας καί τῆς μνήμης. Ἐπίσης, ὑπάρχουν καί ἄλλες παραλαγές σαμάντι.

Στή ντιάν ἤ τό διαλογισμό (συγκέντρωση τῆς προσοχῆς σέ ἕνα σημεῖο), διατηρεῖ κανείς τό ξεχώρισμα μεταξύ τοῦ θεατῆ καί τοῦ θεάματος, ἀλλά στό σαμάντι, ἤ στήν ταύτηση μέ τήν ὁλότητα, ἀκόμη καί αὐτά ἐξαφανίζονται, γιατί ἡ ἀτομικότητά του, τρόπος τοῦ λέγειν, ἐκμηδενίζεται. Εἶναι αὐτή ἡ ἀπαρρόφηση μέσα στό Ἄπειρο πού δίνει τήν ἀπολύτρωση ἀπό ὅλα τά ἐπουσιώδη πού μᾶς περιορίζουν, γιατί τότε βλέπει κανείς μέσα σ' αὐτή τήν ἴδια τήν καρδιά τῶν πραγμάτων καί ἔχει ἐμπειρία τῆς λεπτῆς *(ἄντι - ντεβάκα)* καί τῆς ἀφηρημένης *(ἄντι - ἄτμικ)* ἄποψης ὅλων ὅσα ὑπάρχουν.

Τό Σαμάντι, ἤ ἡ ταύτηση μέ τό Ἀπόλυτο, μπορεῖ νά συνοδεύεται ἀπό τή συνειδητότητα τῆς ἀτομικότητάς μας, καί σ'

αὐτή τήν περίπτωση εἶναι γνωστό ὡς *σαβικάλπα,* ἤ μπορεῖ νά μή συνοδεύεται, ἀπό μιά τέτοια συνειδητότητα καί τότε εἶναι γνωστό ὡς *νιρβικάλπα.* Ὁ Σρί Ραμακρίσνα παρομοίαζε τό πρῶτο μέ μιά κούκλα ἀπό βαμβάκι πού ὅταν μπεῖ μέσα στό νερό μουσκεύεται ἀπό αὐτό, καί τό τελευταῖο μέ μιά κούκλα ἀπό ἁλάτι πού ὅταν βυθιστεῖ μέσα στό νερό διαλύεται καί χάνει τό ἑαυτό της μέσα σ' αὐτό. Ἀπό τά δύο, τό νιρβικάλπα εἶναι βεβαίως τό ἀνώτερο, γιατί τό σαβικάλπα, ἄν καί διευρύνει πολύ τή σκοπιά μας δέν εἶναι ὅμως παρά μόνο ἕνα προκαταρκτικό βῆμα πρός τήν χωρίς ὅρια κατάσταση. Δέν μποροῦν ὅλοι οἱ γιόγκι νά κατορθώσουν τό νιρβικάλπα, καί αὐτοί πού τό ἐπιτυχαίνουν, τό φτάνουν γενικά μόνο μιά φορά στή ζωή τους. Μέ αὐτό διαφεύγουν τελικά ἀπό τό βασίλειο τοῦ ὀνόματος καί τῆς μορφῆς καί γίνονται ἀπελευθερωμένες ψυχές. Τό κάρμα τους πού δέν ἔχει καρποφόρηση, καί τοῦ παρελθόντος καί τοῦ παρόντος (τό *σάντσιτ* καί τό *κριγιάμαν)* δέν μπορεῖ πιά νά τούς δεσμεύσει, ἀλλά ἡ τροχιά τῆς τωρινῆς ζωῆς τους *(πραράμπτα)* πρέπει νά συμπληρωθεῖ καί πρέπει νά βιωθεῖ μέχρι τό τέλος. Γυρνώντας ἀπό τό νιρβικάλπα, ἤ τήν ἀπεριόριστη κατάσταση, στήν καθημερινή ἀνθρώπινη συνειδητότητα, ζοῦν καί κινοῦνται ὅπως τούς ἄλλους ἀνθρώπους. Ἀλλά ἐνῶ εἶναι ἀπασχολημένοι στά ἐγκόσμια καθήκοντα, εἶναι πάντα κεντρωμένοι στό Θεῖο καί δέ χωρίζουν ποτέ ἀπό Αὐτό. Αὐτή ἡ κατάσταση τοῦ νά εἶναι κανείς σέ κανονική δραστηριότητα στό ἐπίπεδο τῶν αἰσθήσεων ἀλλά ἐμποτισμένος μέ Θεογνωσία, λέγεται ὡς *Σέχατζ Σαμάντι* ἤ ἡ κατάσταση τῆς Εὔκολης Ἕνωσης.

> *Εἴτε καθήμενοι, εἴτε ὄρθιοι εἴτε περπατοῦν τριγύρω,*
> *Παραμένουν πάντα σέ μιά κατάσταση αἰώνιας ἰσορροπίας.*
>
> **ΚΑΜΠΙΡ**

Μποροῦμε ἐπίσης νά ἀναφέρουμε καί ἕνα ἄλλο ἀκόμη εἶδος σαμάντι, πού ὀνομάζεται *Μπχάβα Σαμάντι,* στό ὁποῖο ὁ

ἀφοσιωμένος, ἀπορροφημένος σέ κατανυκτική μουσική καί ψαλμούς, χάνει κάθε σκέψη τοῦ ἑαυτοῦ του καί τοῦ κόσμου τριγύρω. Αὐτό τό εἶδος τό σαμάντι εἶναι εὔκολο νά κατορθωθεῖ ἀπό αὐτούς πού ἔχουν συναισθηματική ἰδιοσυγκρασία καί παρέχει στιγμιαία ἔκσταση καί ἐσωτερική νοητική ἀνακούφιση, ἀλλά δέν παρέχει ἕνωση μέ τό Θεῖο οὔτε πλαταίνει τή συνειδητότητά μας. Γι' αὐτό ὁ ὅρος *σαμάντι* δίνεται σ' αὐτό μόνο κατ' ὄνομα, γιατί δέν ἔχει καμιά ἀπό τίς κεντρικές ἰδιότητες τῆς πάνω ἀπό τίς αἰσθήσεις κατάστασης, καί γι' αὐτό οὔτε βοηθᾶ στό ἐσωτερικό πνευματικό ταξίδι.

Ἡ κατάσταση τοῦ σαμάντι δέν εἶναι μιά κατάσταση ἀδράνειας σάν τήν πέτρα, ἤ μιά κατάσταση ὅμοια μέ αὐτή μιᾶς χελώνας πού ἀποσύρεται μέσα στό ὄστρακό της. Ὁ καθένας μας εἶναι προικισμένος μέ μιά πλούσια ἐσωτερική ζωή γεμάτη ἀπό ἀνείπωτους πνευματικούς θησαυρούς γιά τούς ὁποίους συνήθως δέν ἔχουμε συνείδηση στήν καθημερινή παρούσα ζωή τῶν αἰσθήσεων πού διάγουμε. Μποροῦμε νά στρέψουμε πρός τά μέσα καί νά εὐρύνουμε τήν ὅρασή μας ἔτσι ὥστε νά περιλάβουμε μέσα στά ὅριά της ὄχι μόνο τήν ἐγκόσμια ζωή ἀλλά ἐπίσης μιά ὑπέρ - κοσμική ζωή, πού νά ἐκτείνεται σέ θέες πέρα ἀπό τήν ἀνθρώπινη ἀντίληψη. Εἶναι μιά κατάσταση ὕπαρξης, μιά ἀπευθείας ἀντίληψη, μιά ἀκέραιη ἐμπειρία τῆς ψυχῆς, μιά ἄμεση καί ἀπευθείας γνώση πνευματικῆς *ἀνουμπχάβα* (ἐσωτερικῆς πραγματοποίησης), ὅπως γενικά ὀνομάζεται. Ὁ Καθηγητής Μπέρξον, ἕνας μεγάλος φιλόσοφος πίστευε καί αἰσθανόταν πώς ὑπῆρχε μιά ἀνώτερη πηγή γνώσης ἀπό τή διάνοια, πού εἶναι καθηλωμένη στό συλλογισμό ἤ στή διαδικασία τῆς λογικῆς. Τήν ὀνόμαζε διαίσθηση, ἀλλά αὐτή ἡ κατάσταση τῆς ὕπαρξης πηγαίνει ἀκόμη πιό πάνω ἀπό τή διαίσθηση σέ ἀπευθείας καί ἄμεση γνώση, γιατί ἡ διαίσθηση δέν εἶναι παρά μόνο ἕνα ἄλλο ὄνομα γιά τό σύνολο τῶν περασμένων ἐμπειριῶν μας. Ἕνας κοινός ἄνθρωπος δέ χρειάζεται νά συλλογιστεῖ ἤ νά διαισθανθεῖ γιά τόν ἥλιο γιά νά πιστέψει στήν ὕπαρξή του. Ὑπάρχει μπροστά του,εἶναι *πρατάκσα* καί αὐτό κάνει ἄχρηστη κάθε ἀπόδειξη. «Ὅλη ἡ ἀληθινή γνώση

υπάρχει άπό μόνη της καί είναι τελείως ανεξάρτητη άπό τίς αισθήσεις. Είναι ή δράση τῆς ψυχῆς καί είναι τέλεια χωρίς τίς αισθήσεις...» λέει ὁ Μπέν Τζόνσον. «Ὁ πιό σίγουρος δρόμος πρός τήν Ἀλήθεια», λέει ὁ Χένρι Μπέρξον, «εἶναι μέ τήν ἀντίληψη, μέ τή διαίσθηση, μέ τό συλλογισμό μέχρι ἑνός σημείου, καί μετά κάνοντας ἕνα θανάσιμο πήδημα». Εἶναι *ντίβια ντρίστι* ἤ *Τζνάνα τσάκσου* (δηλ., ἀπευθείας ἐμπειρία τῆς ψυχῆς τῆς Ἰδιας τῆς Πραγματικότητας). Εἶναι μέσο πνευματικῶν ἀναλαμπῶν καί στιγμιαίων θεάσεων στό ὑπερπέραν πού ἔχει κανείς μιά μερική θέα τῆς Ἀλήθειας μέ τή μορφή πνευματικῆς διόρασης, ἔμπνευσης καί ἀποκάλυψης. Ἡ πνευματική ἐμπειρία, ἄν καί εἶναι αὐταπόδειχτη καί πέρα ἀπό τά πιό μακρινά ὅρια τῆς λογικῆς, ὅμως δέ διαψεύδει τή λογική, ἀλλά τήν κάνει τέλεια.

Ἐπίσης, τό σαμάντι εἶναι *τσεϊτάνια* ἤ πανσυνειδητότητα, ὡς ξεχωριστό ἀπό τό *τζάρ* σαμάντι. Ἕνας Χάθα γιόγκι, μέ τήν ἄσκηση τῆς *Κχετσάρι Μούντρα,* ἀποσύρει τίς πράνα στό Σαχασράρ Τσάκρα, τήν ἕδρα τῆς τζίβα ἄτμα ἤ τῆς ψυχῆς, καί μπορεῖ νά μείνει μέσα σέ μιά σπηλιά ἑνός βουνοῦ ἤ σ' ἕνα λάκκο μέσα στή γῆ, σ' αὐτή τήν κατάσταση τῆς κενότητας γιά μῆνες καί χρόνια. Αὐτό εἶναι ἕνα εἶδος *γιόγκα νίντρα* ἤ γιογκικοῦ ὕπνου, καί δέ δίνει καμιά γνώση πάνω ἀπό τίς αἰσθήσεις ἤ πνευματική ἐμπειρία. Ἀντίθετα μέ αὐτό, ἕνας πού εἶναι σέ τσεϊτάνια σαμάντι εἶναι σέ μιά κατάσταση τέλειας ἐνημερότητας καί μπορεῖ νά βγεῖ ἀπό αὐτό μέ τή θέλησή του ἔχοντας μιά νέα ὑπερνοητική ἐμπειρία καί πνευματική σοφία. Στό τζάρ σαμάντι, δέν μπορεῖ κανείς νά διακόψει τό σαμάντι μόνος του, πρέπει νά τό κάνουν οἱ ἄλλοι μέ μιά πολύπλοκη διαδικασία μαλάξεων κ.τ.λ. Ἕναν Ράτζα γιόγκι, ἕναν Μπάκτα ἤ ἕναν Τζνάνα γιόγκι, μπορεῖ νά τόν ξυπνήσει εὔκολα κάποιος ἄλλος ἁπλῶς κουνώντας τό σῶμα του ἤ φυσώντας ἕνα κογχύλι ἤ κτυπώντας ἕνα γκόνγκ. Αὐτό τό τσεϊτάνια σαμάντι κατορθώνεται ὅταν οἱ γκούνα, στερημένες ἀπό κίνηση, κοιμοῦνται καί ἡ δύναμη τῆς συνειδητότητας ἐγκατασταίνεται στή δική της φύση· γι' αὐτό συχνά ὀνομάζεται ὡς *κεβάλια* σαμάντι

ἤ ἕνα σαμάντι τέλειας ἀνάπαυσης καί ἀνεξαρτησίας.

Σαμάντι Γιόγκα.

Γιόγκα, ὅπως εἴπαμε καί ἀλλοῦ, σημαίνει σταθερότητα τοῦ νοῦ, πού προέρχεται ἀπό τσίτ — βρίτι — νιρόντχα (ἐκμηδένιση τοῦ νοῦ ἤ ἐξάλειψη ἀπό τό νοῦ ὅλων τῶν νοητικῶν δονήσεων), καί ὁ ὅρος *σαμάντι,* περιλαβαίνοντας τίς δύο Σανσκριτικές ρίζες *σάμ* καί *ἄντι,* ὑποδηλώνει παραδοχή, ἀπορρόφηση, σταθερότητα στή θεώρηση ἤ βαθιά ἐσωτερική αὐτοσυγκέντρωση.

Κάθε ἄτομο ἔρχεται στόν κόσμο μέ ἕνα δικό του ὑπόβαθρο, πού τό κάνει κατάλληλο γιά ἕνα εἰδικό τύπο γιόγκα. Αὐτό λοιπόν πρέπει νά ἀσχοληθεῖ μέ ἐκεῖνες τίς γιογκικές ἀσκήσεις πού θά τοῦ ταιριάζουν καλύτερα. Ἡ Σαμάντι Γιόγκα εἶναι ἡ ἀνώτερη μορφή τῆς γιόγκα. Μερικά παιδιά εἶναι ἀπό τή φύση τους ἐπιρρεπῆ πρός αὐτή, καί μερικοί ἄνθρωποι μποροῦν νά τήν ἀσκήσουν κατευθεῖαν, ἀκόμη καί χωρίς νά περάσουν ἀπό τή σκληρή πειθαρχία πού συνήθως ὁρίζεται γενικῶς στούς ἀνθρώπους. Σ' αὐτή τήν περίπτωση, ἡ ἄσκησή της μπορεῖ νά γίνει χωρίς κανένα ἐνδοιασμό ἀπό αὐτούς πού εἶναι ὥριμοι γι' αὐτή ἀπό περασμένες *σαμσκάρα.*

Ὁ νοῦς παίρνει *βίτζιαν* ἤ *τζνάνα* στό πλέγμα τοῦ λαιμοῦ *(Κάνθ Τσάκρα),* πού εἶναι στενά συνδεμένο μέ τήν ἕδρα τῆς συνειδητότητας στήν κατάσταση τοῦ ξύπνου. Ἡ *βίτζιαν* καί ἡ *ἀνάντ* ἤ συνειδητότητα τῆς μακαριότητας ἀνατέλει μόνο στό *Σαχασράρ* ἤ *Σάχας - ντάλ - Κανουάλ,* τόν χιλιοπέταλο λωτό πίσω ἀπό τά δύο φρύδια, καί ἡ Σαμάντι Γιόγκα ἔχει ὡς στόχο τήν πραγματοποίηση αὐτῆς τῆς κατάστασης ὅπου μπορεῖ κανείς νά αἰσθανθεῖ συνειδητά τήν ἔμφυτη μακαριότητα τῆς ψυχῆς. Τό Σαμάντι λοιπόν εἶναι ἡ κατάσταση τῆς ἁγνῆς μακαριότητας, πού εἶναι ἡ ἀπευθείας πηγή ὅλων τῶν ἄλλων: τῆς *βίτζιαν (τζνάνα), μάνας* (τῆς νοητικῆς ὕλης), *πράνα* (τῶν ζωτικῶν ἀέρων), καί *ἄννα* (τοῦ φυσικοῦ κόσμου τῶν ἀντικειμένων τῶν αἰσθήσεων). Ἡ *Ἀνάντ* ἤ μακαριότητα εἶναι τό οὐσιαστικό καί τό βασικό ὑπόβαθρο ὅλων ὅσα ὑπάρχουν, καί γι' αὐτό

ὑπάρχει μιά ἔμφυτη δίψα μέσα σέ ὅλα τά πλάσματα γιά κορεσμό, εὐτυχία καί μακαριότητα. Ὄχι μόνο ὁ ἄνθρωπος, ἀλλά ἀκόμη καί τά ζῶα, τά ἔντομα καί πράγματι ὅλα τά δημιουργημένα ὄντα, εἶναι πάντα σέ ἀναζήτησή της σέ διαφορετικούς βαθμούς καί ἀπόψεις, τό καθένα σύμφωνα μέ τή φύση του. Ἀλλά ἡ πλήρη της σημασία ἤ συνειδητότητα ἀρχίζει νά γίνεται ἀντιληπτή στόν ἄνθρωπο μόνο ὅταν εἶναι στήν κατάσταση τοῦ σαμάντι. Εἶναι μιά βαθμιαία διαδικασία ἀνύψωσης ἀπό τό ἕνα ἐπίπεδο στό ἄλλο, ὡσότου ἡ *τζνάνα* ἑνώνεται μέ τή μακαριότητα στό ἐπίπεδο τοῦ σαμάντι καί πραγματοποιεῖ κανείς συνειδητά καί πλήρως τήν μακάρια κατάσταση. Αὐτός εἶναι ὁ μοναδικός σκοπός καί τό τέλος τῆς Σαμάντι Γιόγκα.

Ἡ οὐσιαστική ποιότητα τῆς μακαριότητας εἶναι τό χαρακτηριστικό τῆς ψυχῆς ἤ τοῦ ἄτμαν. Εἶναι τό πέπλο τῆς *βίτζιαν* ἤ *τζνάνα* πού σκεπάζει τή μακάρια κατάστασή της. Τή στιγμή πού αὐτό τό πέπλο ἀφαιρεῖται καί ὑψώνεται κανείς πάνω ἀπό τό ἀνώτατο ἐπίπεδο τοῦ μυαλοῦ (συνειδητότητα τοῦ ἑαυτοῦ), πραγματοποιεῖ τήν ἀληθινή εὐτυχία καί τή μακάρια θάλασσα τοῦ ἄτμαν ἐκτεινόμενη μέσα του καί γύρω του σέ ἀμέτρητα βάθη καί σέ ἀμέτρητα ὕψη. Καί οἱ τέσσερεις ἐνδιάμεσες κόσα: *ἄννα, πράνα, μάνας* καί *βίτζιαν,* δέν εἶναι παρά σταματήματα στό δρόμο τοῦ πνευματικοῦ ταξιδιοῦ γιά νά διεκπεραιωθεῖ βῆμα πρός βῆμα ἡ γιογκική σάντνα στήν πλήρη της ἀπάνθιση ἤ *Τζνάνα,* καί προμηθεύουν τροφή στή συνειδητότητα καθώς κατεβαίνει πιό χαμηλά. Ἀλλά μιᾶς καί γίνει σταθερή καί ἔρθει σέ ἐπαφή μέ τήν πνευματική μακαριότητα, γίνεται ἐνήμερη τῶν ἀληθινῶν καί ἀνώτερων ἀξιῶν τῆς ζωῆς, παύει νά ἐνδιαφέρεται γιά τίς περαστικές καί ἐφήμερες ἀπολαύσεις τοῦ κόσμου καί ζητᾶ τήν ἀπορρόφηση στήν Ἀπόλυτη Μακαριότητα. Αὐτό εἶναι τό ἀνώτατο σημεῖο τῆς πνευματικῆς σάντνα ἤ ἄσκησης καί ὅταν κατορθωθεῖ, δέν παραμένει πιά τίποτα ἄλλο νά γίνει. Ἀλλά τό κακό μέ τούς περισσότερους ἀπό μᾶς εἶναι ὅτι συχνά θεωροῦμε τή *τζνάνα* ἤ *τζίαν* ὡς τό σκοπό ὅλων τῶν ἀνθρώπινων προσπαθειῶν καί γι' αὐτό δέν προσπαθοῦμε νά διαπεράσουμε τό πέπλο καί νά πᾶ-

με πάνω ἀπό αὐτή στή συνειδητότητα τοῦ ἑαυτοῦ καί νά γευτοῦμε τήν πηγή μακαριότητας τῆς ψυχῆς πού βρίσκεται μπροστά μας. Τό ἀποτέλεσμα εἶναι ὅτι χωρίς ἐπαφή μέ αὐτή, καί χωρίς μιά πρόγευση ἀπό τήν ἐνημερότητα τῆς μακαριότητας, γινόμαστε *βάτσακ τζιάνι ἤ τζιάνι* μόνο κατ' ὄνομα, πάντοτε θύματα σέ ἀβάσιμους φόβους καί καταθλιπτικές καταστάσεις τοῦ νοῦ, ἀμφιβολίες καί ἀμηχανία, πού μπορεῖ νά μᾶς καταλάβουν στήν καθημερινή ζωή μέσα στόν κόσμο. Λοιπόν ὀρθά ἔχει εἰπωθεῖ ὅτι:

«Πραγματικός *τζνάνι* εἶναι αὐτός πού ἐπικοινωνεῖ μέ τό Λόγο».

Ἡ *βίτζιαν,* στό κάτω κάτω, εἶναι μιά κατάσταση κάτω ἀπό αὐτή τῆς *ἀνάντ* ἤ Πραγματικῆς Μακαριότητας. Ὅπως οἱ λάτρες τοῦ φυσικοῦ σώματος παραμένουν μπερδεμένοι μέσα στόν ἱστό τῆς *ἄννα - μάι κόσα,* αὐτοί τῶν ἀπολαύσεων τῶν αἰσθήσεων μέσα στά δίχτυα τῆς *πράν - μάι κόσα* καί οἱ κυβερνούμενοι ἀπό τό νοῦ μέσα στή *μάνο - μάι κόσα,* ἔτσι καί πολλοί ἀπό τούς ἐπονομαζόμενους *τζνάνι* ἤ *τζιάνι* παραμένουν παγιδεμένοι μέσα στό βάλτο τῆς *βίτζιαν - μάι κόσα,* χωρίς νά συνειδητοποιοῦν ὅτι ὑπάρχει καί ἕνα ἄλλο ἀκόμη στάδιο πέρα καί πάνω ἀπό αὐτή, καί μιᾶς πολύ μεγαλύτερης σπουδαιότητας. Οἱ τέσσερις σαβανωτικές θῆκες, εἶναι χοντρές καί βαριές, πτυχή μέσα σέ πτυχή, καί σκεπάζουν τό κορυφαῖο κόσμημα τῆς τέλειας μακαριότητας *(ἀνάντ).* Ὁ μεγάλος κοσμηματοπώλης, ὁ Θεός, κράτησε τήν *ἀνάντ* κρυμμένη μέσα στήν πιό ἐσωτερική καί μαγευτική θήκη τῆς *βίτζιαν,* ἡ ὁποία, μέ τή χρωματιστή μαγεία της, κρατᾶ ἀκόμη καί τόν ἐπονομαζόμενο *τζνάνι* δεμένο στή σωματική συνειδητότητα.

Οἱ παλαιστές, αὐτοί πού φροντίζουν γιά τό κτίσιμο τοῦ σώματος καί οἱ *τσαρβάκα* ἤ οἱ ἐπικούρειοι, πού θεωροῦν τή φυσική καλοπέραση καί ἀπόλαυση ὡς τό σκοπό τῆς ζωῆς, ἀνήκουν στήν τάξη τῶν ἄννα - μάι τζίβα, πού ζοῦν καί πεθαίνουν μόνο γι' αὐτό τό σκοπό. Ἔπειτα, ὑπάρχουν ἄνθρωποι πού εἶναι λίγο τολμηροί, θαρραλέοι καί ἐπιχειρηματίες. Αὐτοί τρέφουν τίς ἰδέες, τίς ἀρχές καί τίς πεποιθήσεις τους τόσο ὅσο

καί τίς φυσικές τους μορφές καί εἶναι πάντα ἕτοιμοι νά τίς ὑποστηρίξουν καί μερικές φορές ἀκόμη καί σέ βάρος τῶν ἐγκόσμιων ἀνέσεων. Αὐτοί οἱ ἄνθρωποι εἶναι *πράν - μάι τζίβα*, γιατί κυβερνιοῦνται ἀπό τίς πράνα, ἀπό τίς ὁποῖες ἐξαρτᾶται ὅλη ἡ ζωή, καί ἔχουν μέσα τους τήν ὑπεροχή τοῦ στοιχείου τοῦ νεροῦ, γιατί πράνα σημαίνει ζωή καί ἡ ζωή εἶναι ἡ ἔκβαση τοῦ νεροῦ. Στήν Τσαντόγγια Οὐπανισάδα λέγεται ὅτι τό νερό καί ὄχι ἡ τροφή εἶναι ἡ πηγή τῆς ζωῆς, καί ἡ ζωή ἐξαρτᾶται ἀπό τό νερό. Ἐπίσης, οἱ ἄνθρωποι πού εἶναι προικισμένοι μέ δυνατά συναισθήματα καί αἰσθήματα παραμένουν συνεχῶς προσκολλημένοι περισσότερο στίς μάνας παρά σέ ὁτιδήποτε ἄλλο, γιατί μέσα τους ὑπερισχύει τό στοιχεῖο τῆς φωτιᾶς. Ὅλοι οἱ ποιητές, οἱ συγγραφεῖς, οἱ ἐφευρέτες, οἱ σχεδιαστές καί οἱ ἀρχιτέκτονες ἀνήκουν σ' αὐτή τήν κατηγορία τῶν *μάνο - μάι τζίβα*. Ὅλη τους ἡ ἐνέργεια διοχετεύεται στήν κατεύθυνση τοῦ νοῦ καί ἀσχολοῦνται μέ ἐπιδιώξεις πού εἶναι κοντά στήν καρδιά τους. Εἶναι μάρτυρες στό μονοπάτι τοῦ νοῦ. Ἔπειτα, ἔχουμε τήν τάξη τῶν ἀνθρώπων οἱ ὁποῖοι, ἐνῶ φροντίζουν λογικά γιά τή σωματική τους ἄνεση, καί γιά τίς σκέψεις, τίς δοξασίες καί τίς νοητικές ἐπιδιώξεις, εἶναι κυρίως προσκολλημένοι στό διανοητικό συλλογισμό ἤ στή λογική σκέψη γιά νά βροῦν τό γιατί καί πῶς τῶν πραγμάτων. Αὐτοί ταξινομοῦνται ὡς *βίτζιαν - μάι τζίβα* καί κυβερνοῦνται τό περισσότερο ἀπό τό στοιχεῖο τοῦ ἀέρα μέσα τους. Οἱ ἀνώτεροι στήν κλίμακα τῆς δημιουργίας τῶν ἀνθρώπων εἶναι οἱ *ἄναντ - μάι τζίβα* πού προτιμοῦν τή Μακαριότητα καί τήν ἀληθινή εὐτυχία πάνω ἀπό ὅλα τά ἄλλα πράγματα, εἶναι πάντα ἀπασχολημένοι στήν ἔρευνα γι' αὐτήν, καί δέν ἡσυχάζουν ὡσότου τή βροῦν καί ζήσουν σύμφωνα μέ αὐτή. Αὐτοί εἶναι αἰθερικά ὄντα καί ζοῦν μέσα στόν αἰθέρα πού διαπερνᾶ τά πάντα χωρίς κανένα περιορισμό. Εἶναι ἡ πιό λεπτή ἀπό τίς θῆκες πού καλύπτουν τό πνεῦμα, πάνω ἀπό τήν ὁποία εἶναι ἡ κατάσταση τοῦ ἴδιου τοῦ *Νιρβάνα*, αἰώνια μακαριότητα ἀνεμπόδιστη ἀπό ὁποιαδήποτε κόσα, ἀνείπωτα γαλήνια, μιά θεία κατάσταση συνειδητῆς ἀνάπαυσης στήν Πανσοφία.

3. Ἡ Ἄστανγκ Γιόγκα καί ὁ Σύγχρονος Ἄνθρωπος

Αὐτά εἶναι λοιπόν ὅσα ἀφοροῦν τό σύστημα τῆς γιόγκα ὅπως ἀρχικά τό παρουσίασε ὁ Χιρανιαγκάρμπχα, καί ὅπως διαδόθηκε στόν κόσμο ἀπό τόν Γκωνταπάντα καί τόν Πατάντζαλι, τούς φημισμένους φιλόσοφους καί διανοούμενους. Μέσα σ' αὐτές τίς λίγες σελίδες, ἔγινε μιά προσπάθεια νά δοθεῖ μιά σύντομη ἔκθεση τῆς φιλοσοφίας τῆς γιόγκα ὅπως ἔφτασε μέχρι σέ μᾶς σήμερα ἀπό τό πανάρχαιο παρελθόν, καί ἡ ὁποία ἀκόμη θεωρεῖται ὡς ἡ κεντρική ἀρχή τῆς ἀρχαίας σοφίας τῆς Ἰνδίας.

Τό σύστημα τῆς γιόγκα εἶναι μιά πειθαρχία πού ἀποτελεῖται ἀπό συνεχή καί μοναχικό διαλογισμό συντροφευμένο ἀπό σωματικές ἀσκήσεις καί στάσεις γιά νά πειθαρχηθοῦν καί νά μποῦν σέ ἔλεγχο ὁ νοῦς καί οἱ πράνα, ἔτσι ὥστε νά λειτουργοῦν κατά ἕνα εἰδικό τρόπο πού νά βοηθᾶ στό νά ὑποταχθοῦν οἱ αἰσθήσεις. Καί γι' αὐτό γίνεται γιά τήν ἐξάγνιση τοῦ σώματος καί τοῦ νοῦ, καί προετοιμάζει τό δρόμο γιά τό μακάριο ὅραμα. Ἡ ἀφοσίωση στό Θεό ἤ *Ἰσουάρα* παίζει ἐπίσης ἕνα σημαντικό ρόλο στή γιογκική πραγματοποίηση. Ὁ προσωπικός Θεός τῆς γιογκικῆς φιλοσοφίας παραμερίζεται στό σύστημα τῆς γιόγκα γιατί ὁ τελικός στόχος γιά μερικούς ἀπό τούς γιόγκι εἶναι ὁ χωρισμός τοῦ ἄτμαν ἀπό τό νοῦ καί ὄχι ἡ ἕνωση μέ τό Θεό. Αὐτό τό σύστημα, λοιπόν, ἐργάζεται πάντοτε κάτω ἀπό τήν κυριαρχία τῆς δυαδικότητας. Ὁ κυριότερος σκοπός του εἶναι ὁ χωρισμός τῆς *τζίβα*, πού ἀποτελεῖται ἀπό διάφορα ἐπίπεδα, ἀπό τήν ἐνσωματωμένη κατάσταση, ἔτσι ὥστε νά γίνει *ἄτμαν*, ἀπελευθερωμένη ἀπό τήν περιορισμένη κατάσταση τοῦ νοῦ καί τῆς ὕλης. Τότε καί ἡ ἀντιλαμβανόμενη θέληση καί ὁ ταλαντευόμενος νοῦς σταματοῦν τήν ἀτομική τους ἐργασία καί μένουν ἀκίνητοι, ἀπελευθερώνοντας ἔτσι

τήν ψυχή γιά νά λάμψει στό ἀληθινό καί γνήσιό της φῶς.

Οἱ ἀσκήσεις τῆς γιόγκα δίνουν γενικά ὑγεία, δύναμη καί μακροζωία, καί βοηθοῦν μέχρι ἕνα ὁρισμένο σημεῖο στήν ἀπομάκρυνση τῆς ἀσθένειας, τῆς φθορᾶς καί τοῦ πρόορου θανάτου. Μπορεῖ ἐπίσης κανείς νά ἀποκτήσει ψυχικές καί ὑπερφυσικές δυνάμεις ἐλέγχοντας τή Φύση καί τούς νόμους τῆς Φύσης. Μέ τήν αὐξημένη δύναμη τῶν αἰσθήσεων, οἱ γιόγκι μποροῦν νά ἀκούσουν καί νά δοῦν ἀπό μακρινές ἀποστάσεις, νά δυεισδύσουν στό παρελθόν καί στό παρόν καί ἀκόμη καί στό μέλλον, νά μεταδώσουν τή σκέψη τους καί νά ἐκτελέσουν θαύματα.

Πολλοί σύγχρονοι λόγιοι, περισσότερο αὐτοί πού ἔχουν Δυτικό τρόπο σκέψης, ὅταν ἦρθαν γιά πρώτη φορά ἀντιμέτωποι μέ τή γιόγκα, ἔτειναν νά τήν ἀποπέμψουν, θεωρώντας την ὡς κάτι πού δέν ἦταν τίποτα περισσότερο ἀπό ἕνα ἐπεξεργασμένο τρόπο αὐτοΰπνωσης. Μιά τέτοια στάση εἶναι τελείως ἀντιεπιστημονική ἄν καί συχνά παρελαύνει κάτω ἀπό τό ἔνδυμα τῆς ἐπιστήμης. Αὐτή εἶναι γενικά τό ἀποτέλεσμα μιᾶς προκατάληψης γεννημένης ἀπό ἄγνοια ἤ ἀπό μιά ἐπιφανειακή γνώση τοῦ θέματος. Εἶναι φυσικό γιά μᾶς τό νά προσπαθοῦμε νά μεταθέσουμε στό βασίλειο τῆς δεισιδαιμονίας, τά φαινόμενα τά ὁποῖα δέν μᾶς εἶναι γνώριμα καί τά ὁποῖα ἀντικρούουν τό συνηθισμένο τρόπο τῆς σκέψης μας πάνω στή ζωή, γιατί τό νά τά μελετήσουμε, νά τά καταλάβουμε, νά τά δοκιμάσουμε καί νά τά παραδεχτοῦμε, θά ἀπαιτοῦσε προσπάθεια καί ἐπιμονή γιά τά ὁποῖα οἱ περισσότεροι ἀπό μᾶς εἶναι ἀνίκανοι. Εἶναι πιθανό μερικοί ἐπονομαζόμενοι γιόγκι νά δικαιολογοῦν τήν ἐπονομασία τῶν "αὐτοϋπνωτιστῶν". 'Αλλά αὐτοί οἱ λίγοι πού πραγματικά ἀξίζουν τό ὄνομα τοῦ γιόγκι εἶναι πολύ ταπεινοί γιά νά ἐπιδιώξουν τή δημοσιότητα καί δέν ἔχουν τίποτα πού νά ὑποδηλώνει ἕνα νευρωτικό δραπέτη. Αὐτοί σταθερά ἐπιδεικνύουν μιά ἀξιοσημείωτα εὐαίσθητη ἐνημερότητα πρός τή ζωή σέ ὅλη της τήν περιπλοκή καί τήν ποικιλία, καί αὐτή ἡ ἐνημερότητα συντροφευμένη ἀπό τήν ταπεινότητά τους κάνει κάθε κουβέντα αὐταπάτης τελείως

ἀνάρμοστη, ἄσχετη καί ἀκόμη καί γελοία. Γιατί, τό νά ψάχνει κανείς νά βρεῖ τό 'Αμετάβλητο πίσω ἀπό τό μεταβαλλόμενο, τό Πραγματικό πίσω ἀπό τό φαινομενικό, δέν εἶναι βεβαίως "αὐτοϋπνωτισμός". Αὐτός, ἀντιθέτως, ἐπιδείχνει ἕνα πνεῦμα ἔρευνας πού εἶναι κάτι τό ἐξαιρετικό στήν εἰλικρίνεια καί τήν ἀκεραιότητά του, καί πού δέν ἱκανοποιεῖται μέ τίποτα λιγότερο ἀπό τήν ἀπόλυτη ἀλήθεια, καί τό εἶδος τῆς ἀπάρνησης πού ἀπαιτεῖ εἶναι πάρα πολύ δύσκολη νά ἀσκηθεῖ. Γι' αὐτό τό λόγο, καθώς, μέ τό πέρασμα τοῦ χρόνου, ἡ γνώση ἐξαλείφει τήν ἄγνοια, ὁ προηγούμενος φιλιστινισμός ἐξαφανίζεται σταθερά. Δέν ἦταν μικρή ἡ συμμετοχή τῶν νέων ἐξελίξεων τῶν φυσικῶν ἐπιστημῶν στήν ὑποστήριξη αὐτῆς τῆς μεθόδου, γιατί ἀνακαλύπτοντας ὅτι ὅλα μέσα στό φυσικό σύμπαν εἶναι σχετικά καί ὅτι ἡ ὕλη δέν εἶναι οὐσιαστικά ὕλη ἀλλά τελικά μιά μορφή ἐνέργειας, ἔχει ἐπιβεβαιωθεῖ, ἔστω καί στό κατώτατο ἐπίπεδο τῆς γιογκικῆς ἰδέας, ἡ ἀντίληψη τοῦ κόσμου ὅπως αὐτή ὑπάρχει μέσα στό γιογκικό σύστημα, δίνοντάς της ἕνα ἐπιστημονικό κύρος πού προηγουμένως ἀμφισβητεῖτο.

Παρ' ὅλα αὐτά, καί ἄν ἀκόμη παραδεχτεῖ κανείς τή βάση τῆς Ἄστανγκ Γιόγκα, ὅπως ἔφτασε μέχρι ἐμᾶς ἀπό τόν Πατάντζαλι, πρέπει νά ὁμολογήσει ὅτι δέν εἶναι καθόλου εὔκολη νά ἀσκηθεῖ.'Ακόμη καί ὁ Γκωνταπάντα παραδέχτηκε ὅτι τό νά τήν ἀκολουθεῖ κανείς εἶναι σάν νά προσπαθεῖ νά ἀδειάσει τή θάλασσα σταγόνα σταγόνα μέ τή βοήθεια ἑνός φύλλου χλόης. Γι' αὐτό τό λόγο ἀκόμη καί ὅταν πρωτοαναπτύχτηκε ἀπαιτοῦσε μιά πάρα πολύ αὐστηρά πειθαρχημένη ζωή, καί ὡς ἀναπόφευκτο ἀποτέλεσμα προέκυψε τό ἰδανικό τῶν τεσσάρων *ἀσράμα*. Ἄν ἤθελε κανείς νά κατορθώσει κάτι τό οὐσιαστικό, ἔπρεπε νά ἀρχίσει ἀπό τήν παιδική του ἡλικία. Τά πρῶτα εἴκοσι πέντε χρόνια τῆς *Μπραχματσάρια* ἔπρεπε νά χρησιμοποιηθοῦν στήν κατάλληλη ἀνάπτυξη τοῦ σώματος καί τοῦ νοῦ, γιά τή δόμηση φυσικῆς καί πνευματικῆς ὑγείας ἱκανῆς νά ἀντέξει τίς ἀντιξοότητες τῆς ζωῆς. Τά ἑπόμενα εἴκοσι πέντε χρόνια, *γκρεχάστια*, ἔπρεπε νά τά ζήσει κανείς ὡς νοικοκύρης, ὡς ἀρχηγός μιᾶς οἰκογένειας, ἕνα στήριγμα γιά

τούς γέρους, ἕνας προστάτης γιά τή σύζυγο, καί ἕνας καλός δάσκαλος γιά τά παιδιά. Ὅταν εἶχε πιά κανείς ἐκτελέσει τά καθήκοντά του ἀπέναντι στήν κοινωνία, καθώς ἦταν πιό κοντά στό θάνατο, καί ἀφοῦ εἶχε γευτεῖ πλήρως τή ζωή, ἦταν ἐλεύθερος νά ψάξει νά βρεῖ τό ἐσωτερικό της νόημα καί ἦταν ὥριμος νά τό καταλάβει. Καί ἔτσι, τά ἑπόμενα εἴκοσι πέντε χρόνια ἔπρεπε νά τά περάσει σέ *βανπράσθ,* στή μοναξιά τοῦ βουνοῦ καί τοῦ δάσους, ὡσότου μέ διάφορες σάντνα καί συνεχή διαλογισμό νά ἀποκτήσει φώτιση. Τώρα ἐπιτέλους ἦταν κανείς κατάλληλος νά ὀνομαστεῖ *σανιάσιν* καί ἱκανός νά ἀφιερώσει τό ὑπόλοιπο τέταρτο τοῦ αἰώνα τῆς ζωῆς του, ὅπως ἀντιμετωπιζόταν στόν ὁρισμό τῆς τέλειας ζωῆς, στό ἔργο τοῦ νά βοηθᾶ τούς συνανθρώπους του στήν ἔρευνά τους γιά τήν πνευματική ἀπελευθέρωση.

Ἀκόμη καί στούς παλιούς χρόνους, τό ἰδανικό τῶν τεσσάρων *ἀσράμα* δέν ἦταν εὔκολο. Δέν ὑπάρχει ἀπορία λοιπόν πού ἡ γιόγκα εἶχε περιοριστεῖ στούς λίγους διαλεχτούς καί δέν ἦταν κάτι πού μποροῦσε νά ἀκολουθηθεῖ ἀπό τόν κοινό λαό, καί συνεχιζόταν μόνον ὡς μιά σχολή μυστικισμοῦ τῆς ὁποίας ἡ δάδα περνοῦσε ἀπό *γκουρού* σέ *τσίλα (σαντάκ)** σέ μιά περιορισμένη γραμμή. Ἐπιπλέον, οἱ σημερινές συνθῆκες ἔχουν κάνει τήν ἐπιδίωξή της μέ αὐτόν τόν τρόπο ἀκόμη πιό δύσκολη καί σχεδόν ἀδύνατη. Καθώς ἡ ζωή ἔγινε πιό πολύπλοκη καί τά διάφορα ἐπαγγέλματα πιό εἰδικευμένα, οἱ ἄνθρωποι δέν τό βρίσκουν πιά δυνατό νά ἀφιερώσουν τά πρῶτα εἴκοσι πέντε χρόνια τῆς ζωῆς τους ἀποκλειστικά γιά τήν καλλιέργεια τοῦ σώματος καί τοῦ νοῦ προετοιμαζόμενοι γιά τήν τελική ἔρευνα. Αὐτά πρέπει νά τά περάσουν στά σχολεῖα, στά κολλέγια καί στά ἰνστιτοῦτα, τά ὁποῖα τούς παίρνουν τό περισσότερο μέρος ἀπό τούς πόρους καί τίς δυνάμεις τους ἐκπαιδεύοντάς τους γιά μιά καρριέρα. Οὔτε εἶναι δυνατό, μέ τόν συνεχῶς αὐξανόμενο πληθυσμό, νά περιμένει κανείς τό ἕνα τέταρτο τῶν μελῶν τῆς κοινωνίας — *γκρεχάστι* — νά προ-

* Σημ. Μετ. Τσίλα ἤ σαντάκ = μαθητής.

μηθεύουν τά μέσα τῆς φυσικῆς συντήρησης γιά τά ὑπόλοιπα τρία τέταρτα, ὅπως ἴσως ἦταν κάποτε δυνατό.

Σάν νά μήν ἦταν αὐτό ἀρκετό, ἡ ὁλοκληρωμένη ὀχτάπτυχη γιόγκα τοῦ Πατάντζαλι φαίνεται νά ἔχει γίνει πιό εἰδικευμένη καί περίπλοκη μέ τό πέρασμα τοῦ χρόνου. Κάθε κλάδος της ἔχει ἀναπτυχτεῖ σέ τέτοιο σημεῖο ὅπου σχεδόν φαίνεται ἕνα πλῆρες θέμα αὐτός ὁ ἴδιος. Δέν ὑπάρχει ἀπορία λοιπόν, γιατί ὁ ἄνθρωπος, ἀσκώντας τά διάφορα γιάμα καί νιγιάμα στίς διάφορες λεπτομέρειές τους ἤ ἐκτελώντας μέ ἐπιδεξιότητα τίς διάφορες ἀσάνα ἤ μαθαίνοντας νά ἐλέγχει τήν πρανική ἤ τή μανσική (νοητική) ἐνέργεια, ἀρχίζει νά νομίζει ὅτι ὁ ἰδιαίτερος τομέας τῆς εἰδικότητάς του δέν εἶναι, ὅπως τή θεωροῦσε ὁ Πατάντζαλι, ἁπλῶς καί μόνο μιά βαθμίδα στήν κλίμακα τῆς ὁλοκληρωμένης γιόγκα, ἀλλά αὐτή ἡ ἴδια ἡ γιόγκα. Δέν ὑπάρχει ἀμφιβολία, ὅτι ἔχει κάποιο ὄφελος σέ ὁτιδήποτε ἀσκεῖται, συχνά ἀποκτώντας μυστηριώδεις ψυχικές ἤ φυσικές δυνάμεις· ἀλλά αὐτά τά ἴδια τά δῶρα, ἀποσπώντας τήν προσοχή του ἀπό τόν τελικό στόχο, γίνονται ἕνα θετικό ἐμπόδιο στήν πραγματική πρόοδο ἀντί νά εἶναι βοηθήματα σ' αὐτή. Μόνο πολύ λίγοι ἄνθρωποι μέ ἐξαιρετική φυσική ἀντοχή, μακροζωία καί μιά ἐξαίρετη ἱκανότητα στό νά μήν ξεχνοῦν τόν μακρινό στόχο, μποροῦν, στήν ἐποχή μας, νά ἀκολουθήσουν τήν Ἄστανγκ Γιόγκα τοῦ Πατάντζαλι στό λογικό της συμπέρασμα, στόν ἀνώτατο σκοπό της: τήν ἕνωση μέ τόν Μπραχμάν. Γιά τούς ὑπόλοιπους, πρέπει νά παραμείνει ἤ ὡς πάρα πολύ δύσκολη γιά νά ἀσκηθεῖ, ἤ μιά διαδικασία πού, ἐνθαρρύνοντάς τους στό νά παρανοήσουν τό ἐνδιάμεσο γιά τό τελικό, τό μέσο γιά τό τέλος, ἀποτυχαίνει τό σκοπό της.

Ἄν ἡ πνευματικότητα κληροδοτεῖ μιά σιγανή ἀνύψωση μέσο ὅλων τῶν βαθμίδων τῆς πολύπλοκης καί περιπλεγμένης κλίμακας τῆς γιόγκα, τότε δέν μπορεῖ παρά νά παραμείνει ἕνα κλειστό μυστικό γιά τήν ἀνθρωπότητα γενικά. Ἄν, ὅμως, πρέπει νά γίνει ἕνα δωρεάν δῶρο τῆς Φύσης ὅπως ὁ ἥλιος, ὁ ἀέρας καί τό νερό, τότε πρέπει νά γίνει προσιτή μέσο μιᾶς τεχνικῆς πού νά τήν κάνει ἐφικτή σέ ὅλους, τόσο στό παιδί ὅσο

καί στόν ἐνήλικο, στόν ἀδύναμο ὅσο καί στό δυνατό, στόν οἰκογενειάρχη ὅσο καί στό *σανιάσιν*. Εἶναι γιά μιά τέτοια τεχνική πού ὁ Καμπίρ καί ὁ Νανάκ μᾶς ἔδωσαν ἐλπίδες καί γιά τήν ὁποία θά μιλήσουμε ἀργότερα.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΤΡΙΤΟ

Τά διάφορα συστήματα τῆς Γιόγκα

ΕΧΟΝΤΑΣ συζητήσει τό σύστημα τῆς γιόγκα στή γενικότητά του ὅπως διαδόθηκε ἀπό τόν Πατάντζαλι, θά προχωρήσουμε τώρα στή μελέτη τῶν διαφόρων εἰδῶν τῆς γιόγκα πού ἐμφανίστηκαν μεταγενέστερα. Ἀρχίζοντας μέ τήν πατροπαράδοτη, ἔχουμε τέσσερις ξεχωριστούς τύπους: (1) Μάντρα Γιόγκα, (2) Χάθα Γιόγκα, (3) Λάγια Γιόγκα καί (4) Ράτζα Γιόγκα. Οἱ περισσότερες ἀπό αὐτές παίρνουν πολλά ἀπό τόν Πατάντζαλι καί παρουσιάζουν ἀναδιατυπώσεις τῶν βασικῶν διδαγμάτων του, καθεμιά εἰδικευόμενη στή μιά ἤ τήν ἄλλη ἄποψή του. Γι' αὐτό, μερική ἐπανάληψη εἶναι ἀναπόφευκτη· ὅμως πρέπει νά τή ριψοκινδυνέψουμε, μόνο καί μόνο γιά νά ἔχουμε μιά σαφέστερη εἰκόνα τοῦ ἀπέραντου θέματος τῆς γιόγκα.

Ι ΜΑΝΤΡΑ ΓΙΟΓΚΑ Ἤ Η ΓΙΟΓΚΑ ΤΗΣ ΑΠΑΓΓΕΛΙΑΣ

Αὐτοί ξεχνοῦν ἀκόμη καί τό ὅτι ὅλες οἱ θεότητες κατοικοῦν μέσα στό ἀνθρώπινο στῆθος.

ΟΥΪΛΛΙΑΜ ΜΠΛΕΪΚ

Ἡ Μάντρα Γιόγκα μεριμνᾶ, τό περισσότερο, γιά τήν ἀπόκτηση τῆς μιᾶς ἤ τῆς ἄλλης ὑλικῆς, ἤ νοητικῆς δύναμης ἤ

δυνάμεων μέ τή συνεχή ἐπανάληψη ἑνός ἰδιαίτερου *μάντρα* ἤ τύπου προφορικῶν λέξεων μέ σκοπό νά ἑλκύσει τήν προϊστάμενη δύναμη ἤ θεότητα στήν ὁποία ἀναφέρεται τό μάντρα, καί μετά νά θέσει αὐτή τή δύναμη σέ ὑπηρεσία, καλή ἤ κακή, σύμφωνα μέ τή θέληση τοῦ ἀσκούμενου. Αὐτός πού μεταχειρίζεται αὐτές τίς δυνάμεις γιά νά κάνει κακό καί νά βλάψει τούς ἄλλους συχνά κινδυνεύει νά αὐτοκαταστραφεῖ καί συνήθως πέφτει θύμα τῆς ὀργῆς τῆς θεότητας πού ἐπικαλέστηκε. Αὐτοί πού μεταχειρίζονται τέτοιες δυνάμεις μέ ἐγωιστικά κίνητρα καί μέ τό σκοπό ὑλικῶν κερδῶν γιά τούς ἑαυτούς τους σέ βάρος τῶν ἄλλων, πολύ συχνά χάνουν τή δύναμή τους, καί στό τέλος καταστρέφουν τούς ἑαυτούς τους. Αὐτές τίς δυνάμεις ὅμως μπορεῖ κανείς νά τίς μεταχειριστεῖ ἐπωφελῶς γιά τό καλό τῶν ἄλλων καί δέν ὑπάρχει μεγάλη ζημιά σ' αὐτό, ἄν καί μπορεῖ νά σημαίνει ἀπώλεια μερικῆς ζωτικῆς ἐνέργειας ὕστερα ἀπό κάθε τέτοια πράξη. Ὅλων τῶν εἰδῶν τά θαύματα τῆς κατώτατης τάξης, ὅπως τό νά διαβάζει κανείς τή σκέψη τῶν ἄλλων, ἡ μετάδοση τῆς σκέψης, ἡ ἴαση μέ τήν πίστη, εἰδικά στίς περιπτώσεις τῶν νευρικῶν καί νοητικῶν ἀσθενειῶν, πέφτουν σ' αὐτή τήν κατηγορία. Εἶναι λοιπόν πολύ καλύτερα νά ἀποφεύγει κανείς τέτοιου εἴδους πράγματα καί νά διατηρεῖ ὁποιεσδήποτε ψυχικές δυνάμεις καί ἄν ἀποκτήσει, καί νά τίς χρησιμοποιεῖ, γιά νά φτάσει τουλάχιστο στά κατώτερα πνευματικά ἐπίπεδα καί περιοχές πού εἶναι ἡ ἕδρα τῶν θεότητων τῶν σχετικῶν μέ αὐτά τά μάντρα, μέ ἕνα πνεῦμα ἀνιδιοτελοῦς ἀφοσίωσης. Τότε ὅλες οἱ ψυχικές δυνάμεις θά λειτουργήσουν ἀπό μόνες τους χωρίς νά ἐπιφέρουν καμιά ἀπώλεια κατά τήν ἀπόκτησή τους. Δέν πρέπει ὅμως νά ξεχνᾶμε ὅτι ἡ ἴδια ἡ ἐπανάληψη τῶν μάντρα δέν φέρνει κανένα καρπό ἄν δέν γίνει μέ πλήρη προσοχή προσηλωμένη στό εἰδικό μάντρα, καί μέ ἔντονη ἀφοσίωση ἔτσι ὥστε νά μπορέσει νά ξεσηκώσει ἰδιαίτερες δονήσεις πού εἶναι συνδεμένες μέ αὐτό. Ἀλλά ἡ Μάντρα Γιόγκα μόνη της δέν ἔχει καμιά ἀξία γιά τήν αὐτογνωσία, καί τίς περισσότερες φορές αὐτοί πού ἀσκοῦν αὐτό τό εἶδος τῆς γιόγκα παραμένουν πάντοτε περιπλεγμένοι σέ ἄχρηστες ἐπι-

διώξεις τοῦ ἑνός ἤ τοῦ ἄλλου εἴδους ὅπως περιγράψαμε πιό πάνω, μέ χωρίς μεγάλο ὄφελος γιά αὐτούς τούς ἴδιους στήν ἀνύψωση τοῦ ἑαυτοῦ ἤ τῆς ψυχῆς.

Γιά ὅτι ἀφορᾶ τήν ἄσκηση τῶν *μάντρα σίντι* ἤ τῶν ὑπερφυσικῶν δυνάμεων πού ἀποκτήθηκαν ἀπό τήν ἀποτελεσματικότητα τοῦ διαλογισμοῦ πάνω στά μάντρα, ὁ Πατάντζαλι, στίς *Γιόγκ Σούστρα* του, κρούει "τόν κώδωνα τοῦ κινδύνου" μέ πολύ σαφῆ λόγια:

> *Αὐτές εἶναι ἐμπόδια στό σαμάντι, εἶναι δυνάμεις, ἀλλά τοῦ γήινου ἐπιπέδου.*

Ἡ Τεχνική τῆς Μάντρα Γιόγκα.

Ἡ Μάντρα Γιόγκα εἶναι ἡ γιόγκα τῆς ρυθμικῆς ἐπανάληψης ἑρμητικά σφραγισμένων τύπων προφορικῶν λέξεων — ἱερῶν καί μυστικῶν — πού τίς ἑτοίμασαν οἱ ἀρχαῖοι *μαντρακάρα* (εἰδήμονες στή φωνητική καί στή δύναμη τῶν ἤχων, συμπεριλαβαινόμενων καί τῶν ὑπερήχων ἤ τῶν ἤχων πέρα ἀπό αὐτούς πού γνωρίζει ὁ ἄνθρωπος), ὁ καθένας σχεδιασμένος ξεχωριστά γιά νά κερδίσει τήν ἔννοια τοῦ εἰδικοῦ Θεοῦ ἤ Θεᾶς πού ἀντιπροσωπεύει τή μιά ἤ τήν ἄλλη δύναμη τῆς Φύσης. Μπορεῖ νά ἀσκηθεῖ μέ τή βοήθεια ἤ χωρίς τή βοήθεια ἑνός κομπολογιοῦ ἀπό *Ρουντράκχσα,* ὅπως κάνουν οἱ Σιβίτες, ἀπό Τούλσι χάντρες, ὅπως χρησιμοποιοῦν οἱ Βισναβίτες.

Τά μάντρα ἀντιπροσωπεύουν δονήσεις. Τό πιό ἱερό ἀπό τά Βεδικά μάντρα εἶναι αὐτό τοῦ *Γκαγιάτρι.* Εἶναι τό *μούλ μάντρα* τῶν Βεδῶν καί γι' αὐτό θεωρεῖται ὅτι εἶναι τό πιό σπουδαῖο. Λέγεται ὅτι ἡ ἀρετή του εἶναι μεγάλη καί ἡ τζάπα του ἤ ἡ ἐπανάληψή του ὁριζόταν σέ ὅλους τούς Ἰνδούς ἀπό πολύ μικρή ἡλικία. Τό πιό εὔκολο καί τό πιό ἀποτελεσματικό εἶναι ἡ ἱερή συλλαβή ΑΟΥΜ (ΩΜ) πού συμβολίζει τήν ἴδια τή δημιουργική ἀρχή τῆς ζωῆς, καί γι' αὐτό τά περισσότερα ἀπό τά μάντρα ἀρχίζουν μ' αὐτή τήν ἱερή συλλαβή. Οἱ Ἀντβαϊτιστές, πού βλέπουν τή δύναμη τοῦ Θεοῦ ὅτι εἶναι ἔμφυτη μέσα σέ ὅλες τίς μορφές καί ὅτι διαπερνᾶ τά πάντα, πιστεύουν στό μάντρα τῆς ταυτότητας τοῦ ἄτμαν μέ τό Παρμάτμαν: *Ἄχαμ Μπράχμ*

Ἄσμι (Εἶμαι Μπράχμαν), καί *Ἄγιαμ Ἄθμα Μπράχμαν* (Ἐγώ εἶμαι Σύ)· καί αὐτά συχνά συντομεύονται σέ *Σοχάμ* ἤ *Σοχάνγκ* καί *Χάνσα* ἤ *Ἄχαμ - σάχ*, πού ἀντιστοίχως σημαίνουν «Ἐγώ εἶμαι Αὐτός» καί «Αὐτός εἶναι Ἐγώ». Οἱ Βεδιστές ἐπαναλαβαίνουν τό *Ὤμ Τάτ Σάτ* (Ἀούμ εἶναι ἡ Ἀλήθεια καί ἡ Πραγματικότητα) καί οἱ Βουδιστές τό *Ὤμ Μάνι Πάντμε Χούμ*. Ἑπόμενα στήν κλίμακα εἶναι μάντρα ἀφιερωμένα ἤ ἀπευθυνόμενα σ' αὐτή ἤ στήν ἄλλη θεότητα σέ ἔνδειξη λατρείας, ἤ ὡς ἐγκώμιο, ἐξιλέωση, ἤ ἱκεσία γιά δῶρα.

Ἡ ἀποτελεσματικότητα τοῦ μάντρα ἐξαρτᾶται ἀπό τή σωστή προφορά του, τή σωστή ἐκτίμηση τῆς σημασίας του, πού συχνά εἶναι πολύ βαθιά, τή σωστή στάση συμπεριφορᾶς τοῦ προσώπου πού ἀσχολεῖται μέ τή Μάντρα Γιόγκα, καί ἀπό τήν ἁρμοδιότητα τοῦ δασκάλου ἤ Γκουροῦ, πού ὄχι μόνο κατέχει τήν τεχνική ἀλλά καί ἔχει ἐπιτύχει νά ἐκδηλώσει γιά τόν ἑαυτό του τή δύναμη πού βρίσκεται, μέ τή μορφή σπόρου, κρυμμένη στά κατάβαθα τοῦ μάντρα, καί μπορεῖ νά τήν προσφέρει ὡς *πρασάντ* ἤ ὡς δῶρο χάρης στό μαθητή του.

Μερικά ἀπό τά μάντρα φέρνουν γρήγορα ἀποτελέσματα, μερικά καρποφοροῦν τήν κατάλληλη γι' αὐτά ἐποχή καί μερικά φέρνουν καρπό σύμφωνα μέ τήν ἀξία τοῦ ἀτόμου πού τά λέει. Μερικά, ὅμως, εἶναι ἑνός ἀπαγορευμένου τύπου καί γι' αὐτό τό λόγο ἐχθρικῆς φύσης, καί τίς περισσότερες φορές ἀποδείχνονται βλαβερά.

Ἐπίσης, τό ἀποτέλεσμα ἑνός μάντρα ἐξαρτᾶται καί ἀπό τό πῶς ἐκτελεῖται ἡ τζάπα. Ἡ τζάπα πού γίνεται μέ ψιθύρισμα θεωρεῖται πιό ἀξιέπαινη ἀπό αὐτή πού προφέρεται δυνατά, καί ἡ τζάπα πού γίνεται μέ σιγανό μουρμούρισμα εἶναι ἀκόμη καλύτερη, ἐνῶ ἡ *μάνσικ τζάπα* πού γίνεται μέ τή γλώσσα τῆς σκέψης εἶναι ἡ πιό ἀξιέπαινη.

Καί οἱ τζάπα ἐπίσης εἶναι διαφόρων εἰδῶν ἀνάλογα μέ τήν περίσταση, τήν ἐποχή καί τήν πρόθεση αὐτοῦ πού τίς λέει. Οἱ *νίτια τζάπα*, π.χ. εἶναι γιά νά ἐκτελοῦνται κάθε μέρα ὡς ἕνα θέμα ρουτίνας. Οἱ *ναμίττικα* εἶναι γιά ὁρισμένες τελετουργικές περιστάσεις. Οἱ *πραγιαστσίττα* εἶναι αὐτές πού γίνονται ὡς τι-

μωρία μετάνοιας, ὡς ἀντίποινα γιά τά παραπατήματα ἀπό τό μονοπάτι τῆς εὐθύτητας. Μετά ὑπάρχουν οἱ *τσάλα* καί *ἀτσάλα* τζάπα, πού μποροῦν νά ἐκτελεστοῦν ὁποιαδήποτε ὥρα, σέ ὁποιοδήποτε τόπο, καί κάτω ἀπό ὁποιεσδήποτε περιστάσεις, καί σέ ὁποιαδήποτε κατάσταση ἤ θέση βρίσκεται κανείς. Τά ἄλλα ἀπαιτοῦν μιά εἰδική ἀσάνα, εἰδικό τόπο, χρόνο, κατεύθυνση κ.τ.λ, συντροφευμένα ἀπό μιά τακτική καί ἐπεξεργασμένη τελετουργία,π.χ. τήν προσφορά λουλουδιῶν, θυμιάματος, ἀρώματος, κυματισμό τῶν φώτων καί τό κουδούνισμα κουδουνίσκων, *χάβαν* καί *τάρπαν* (τελετουργικά τῆς φωτιᾶς καί τοῦ νεροῦ), μέ διάφορες ἐξαγνιστικές πράξεις.

Γιά νά ἐπιτύχει στή Μάντρα Γιόγκα εἶναι ἀναγκαῖο ὁ σαντάκ νά τηρεῖ ἁγνότητα ἐσωτερικῶς καί ἐξωτερικῶς, ἔχοντας μιά ἐγκάρδια ἀφοσίωση, παραδειγματικό χαρακτήρα καί διαγωγή, προτοῦ μπορέσει νά ἔχει ἀκόμη καί τήν ἐλάχιστη αὐτοσυγκέντρωση καί θέαση.

Βλέπουμε παρόμοιες ἀσκήσεις καί μεταξύ τῶν Μωαμεθανῶν φακίρηδων, πού ἀσκοῦν *βίρντ* ἤ ἐπανάληψη ἱερῶν λέξεων ὅπως *Χού, Χάκ 'Αναλχάκ* καί μεταχειρίζονται ἕνα *τασμπίχ* (κομπολόι) γι' αὐτό τό σκοπό. 'Επίσης καί οἱ Χριστιανοί μοναχοί μέ τό κομπολόι τους λένε καί τραγουδοῦν ὕμνους καί ψαλμούς.

ΙΙ ΧΑΘΑ ΓΙΟΓΚΑ

Αὐτό τό εἶδος τῆς γιόγκα πραγματεύεται μέ τόν ἔλεγχο τοῦ σώματος καί τῶν σωματικῶν δραστηριοτήτων ὡς τά μέσα γιά νά σταματήσει ὁ νοῦς. 'Ο σκοπός της εἶναι νά κάνει τό ἀνθρώπινο σῶμα δυνατό καί ἀρκετά ἱκανό γιά νά ὑποστεῖ καί νά ἀντέξει τίς πιό σκληρές καί τίς πιό τραχιές περιστάσεις, καί νά τό κάνει νά ἔχει ἀνοσία, ὅσο εἶναι δυνατό, ἀπό τίς ἀρρώστιες καί τίς ἀδιαθεσίες. 'Αλλά πέρα ἀπό ἕνα εὔρωστο φυσικό σῶμα καί πιθανή μακροζωία μέσο τῆς ἄσκησης τοῦ πραναγιάμ ἤ *χάμπσ - ι - ντάμ*, ὅπως ὀνομάζεται ἀπό τούς Μουσουλμάνους (ἔλεγχος καί κανονισμός τῆς ἀναπνοῆς), αὐτή μόνη της δέν βοηθᾶ καί πολύ στήν αὐτογνωσία, ἄν καί μπορεῖ, μέχρι ἑνός

σημείου, νά προετοιμάσει τό ἔδαφος γιά ἕνα ἀνώτερο τύπο πνευματικῆς πειθαρχίας πού νά ὁδηγεῖ σ' αὐτή. Εἶναι κατά κάποιο τρόπο "μιά σκάλα πρός τή Ράτζα Γιόγκα". Δέν μπορεῖ οὔτε ἀκόμη νά δώσει στό νοῦ κανένα ἔλεγχο μεγάλου βαθμοῦ, ὅπως γενικά θεωρεῖται πώς δίνει. Μέ τήν ἄσκηση τῆς Χάθα Γιόγκα, μπορεῖ κανείς νά ἀποκτήσει μερικές σίντι ἤ ψυχικές δυνάμεις μέ τήν ἐκτέλεση ὁρισμένων ἀσάνα, μούντρα καί μπάντα, ἤ φυσικῶν θέσεων καί στάσεων, καί τήν ἄσκηση τοῦ πραναγιάμ. Τό σύστημα περιλαβαίνει τήν τήρηση ἑνός ἀριθμοῦ μετανοιῶν καί ἀσκητικῶν στερήσεων ὅπως νηστειῶν καί ἀγρυπνιῶν, *μάουν* ἤ τάματος σιωπῆς γιά μῆνες καί χρόνια, *πάντς ἄγγνι τάπα* (τό νά κάθεται κανείς μέ ἀναμμένες φωτιές σέ τέσσερις μεριές καί τόν καυτερό ἥλιο πάνω ἀπό τό κεφάλι του), νά στέκεται σέ ἕνα πόδι, νά κρεμιέται μέ τό κεφάλι πρός τά κάτω, κ.τ.λ. Μερικοί ἀπό τούς Χριστιανούς ἁγίους ἔφτασαν σέ μεγάλες ἀκρότητες ὅπως νά φοροῦν χιτῶνες μέ καρφιά, πουκάμισα ἀπό τρίχες ἀλόγων, νά βασανίζουν τό σῶμα, νά αὐτομαστιγώνονται, μιμούμενοι τά βάσανα τοῦ Χριστοῦ. Ἀκόμη καί μεταξύ τῶν Μουσουλμάνων *σία*, βλέπουμε τά ἴχνη αὐτοβασανισμοῦ, ὅταν κατά τή διάρκεια τῶν *Μουχάρραμ* ἡμερῶν, κτυποῦν τά στήθη καί τίς πλάτες τους μέ μαχαίρια δεμμένα σέ σιδερένιες ἁλυσίδες ἑορτάζοντας σέ ἀνάμνηση τά τρομερά βάσανα πού εἶχαν ὑποστεῖ ὁ Χάσαν καί ὁ Χουσέιν, οἱ ἔγγονοί τοῦ Προφήτη, μαζί μέ μιά χούφτα ἀπό τούς πιστούς ὀπαδούς τους, στά χέρια τῶν ὁμόθρησκών τους ὑπό τόν Γιαζίντ, στίς καυτερές πεδιάδες τίς Κάρμπλα ὑπερασπιζόμενοι τήν πίστη τους. Ἀλλά ὅλες αὐτές οἱ τρομερές αὐτοτιμωρίες, ὅσο ἡρωικές καί ἄν εἶναι αὐτές οἱ ἴδιες, δέν προσφέρουν κανένα πνευματικό ὄφελος. Τί ὠφελεῖ νά βασανίζει καί νά τυραννεῖ κανείς τό σῶμα, ὅταν τό φίδι τοῦ νοῦ βρίσκεται σέ ἀσφάλεια, κρυμμένο πολύ πιό κάτω ἀπό τήν ἐπιφάνεια καί συνεχίζει νά εὐημερεῖ σῶο;

Ἀφήνοντας κατά μέρος αὐτοῦ τοῦ εἴδους τά αὐτοβασανιστήρια, ἡ Χάθα Γιόγκα ἔχει πράγματι ὡς σκοπό τήν τελειοποίηση τοῦ σώματος ὡς ἕνα ὄργανο γιά ἀνώτερα εἴδη γιόγκα,

καί γι' αὐτό τό λόγο μπορεῖ νά ἔχει κάποια ἀξία, γιά νά καταστήσει τό σῶμα ἱκανό νά ἀντέξει τήν ἔνταση καί τήν πίεση πού ὑπάρχει σ' αὐτά. 'Αλλά ἀκόμη καί ἡ ρουτίνα τῆς *Χάθα Γιόγκα Κρίγια* εἶναι πολύ δύσκολη γιά νά ἐκτελεστεῖ, καί συχνά ὁδηγεῖ σέ ἐσωτερικές περιπλοκές πού μερικές φορές ἀποδείχνονται σοβαρές καί ἀνίατες καί βάζουν σέ κίνδυνο τή ζωή.

Αὐτές οἱ κρίγια εἶναι γιά τόν καθαρισμό τῶν ἀρτηριῶν καί ἄλλων καναλιῶν μέσα στό σῶμα ἀπό ὅλων τῶν εἰδῶν τά συσσωρευμένα κατακάθια τῶν μεταλλικῶν ἀλάτων, ὅπως κιμωλία, ἀσβέστιο καί ἀλάτι, κ.τ.λ. πού ἐμποδίζουν τόν ὀργανισμό καί εἶναι ἡ ριζική αἰτία τῆς φθορᾶς καί τῆς ἀρρώστιας. Αὐτή ἡ διαδικασία τῆς ἀποτοξίνωσης καί τοῦ ξανανιώματος γίνεται μέσο τῶν πράξεων καθαρισμοῦ πού ὀνομάζονται *Σσάτ Κάρμα* (πού σημαίνει ἔξη πράξεις) πού εἶναι:

(1) *Νέτι Κάρμα* (καθαρισμός τῆς μύτης): Ἕνα κομμάτι λεπτῆς μουσελίνας μήκους περίπου τρία τέταρτα τῆς γιάρδας στρίβεται καί γίνεται σάν σπάγγος καί σκεπάζεται μέ μιά ἐπίστρωση κεριοῦ. Περνιέται μέ τή σειρά σέ καθένα ἀπό τά ρουθούνια καί βγαίνει ἀπό τό στόμα μετά ἀπό λίγο τρίψιμο ἔτσι ὥστε νά καθαρίσουν ἀπό φλέγματα κ.τ.λ. Βοηθᾶ στό γιάτρεμα τῶν ἀσθενειῶν τῆς μύτης καί τοῦ λαιμοῦ. Κρατᾶ δροσερό τό κεφάλι, καί δυναμώνει τήν ὅραση. Αὐτοί πού ὑποφέρουν ἀπό διαταραχές τῆς μύτης καί τῶν ματιῶν ἤ ἀπό ὀξύτητα μποροῦν νά τήν ἀντικαταστήσουν μέ τήν *Τζάλα νέτι* ἤ τό πλύσιμο τῶν ρινικῶν κοιλοτήτων μέ καθαρό νερό.

(2) *Ντότι Κάρμα* (πλύση τοῦ στομάχου): Ἕνα μακρύ κομμάτι ὕφασμα τρεῖς ἴντσες φάρδος καί περίπου πέντε γιάρδες μῆκος μουσκεύεται σέ χλιαρό νερό καί μετά στίβεται ἐλαφρά. Καταπίνεται σιγά σιγά ἀπό τό λαιμό μέσα στό στομάχι μέ τή βοήθεια ζεστοῦ νεροῦ, ἀφήνοντας περίπου δύο πόδια (60 ἑκ.) ἀπό τήν ἄλλη ἄκρη ἔξω καί κρατώντας τα στό χέρι. Μετά πού τό κρατᾶ κανείς γιά μερικά λεπτά κουνώντας τήν κοιλιά, τό τραβᾶ ἔξω πολύ πολύ σιγά. Καθαρίζει τό κανάλι τῆς θρέψης ἀπό ἀκαθαρσίες ὅπως βλέννες, χολή καί φλέγματα καί θερα-

πεύει τήν πρισμένη σπλήνα, τό βήχα κ.τ.λ. Αὐτή ἡ ἄσκηση ἀπαιτεῖ πάρα πολύ προσοχή καί φροντίδα ἔτσι ὥστε τό ὕφασμα νά μή μπερδευτεῖ μέσα στά ἔντερα καί καταλήξει σέ σοβαρές περιπλοκές, πού μποροῦν νά ἀποδειχτοῦν μοιραῖες. Δέν πρέπει νά ἐκτελεῖται ὅταν ὑποφέρει κανείς ἀπό φλεγμονή τοῦ λαιμοῦ καί ἀπό βροχικές διαταραχές, ἐρεθισμό τοῦ στομάχου ἤ ὅταν ἔχει βήχα, κ.τ.λ.

(3) *Μπάστι Κάρμα* (πλύση τῶν ἐντέρων): Εἶναι ἕνα εἶδος ὑποκλισμοῦ μέ τόν ὁποῖο ἀπορροφᾶται νερό μέσο τοῦ πρωκτοῦ μέσα στά κατώτερα ἔντερα. Μετά πού συγκρατεῖται γιά λίγο, γυρίζεται στό πλάι καί ἀποβάλλεται. Ἐξαλείφει τή δυσκοιλιότητα καί ἀποβάλλει τά ἐσωτερικά πετρωμένα περριτώματα, πού συνήθως μένουν κολλημένα στά τοιχώματα. Ἄν προσθέσουμε λίγη γλυκερίνη στό χλιαρό νερό τό κάνει πιό ἀποτελεσματικό. Χρησιμοποιεῖται γιά ἀδιαθεσίες συνδεμένες μέ τά ἀνδρικά γεννητικά ὄργανα καί τόν πρωκτό καί θεραπεύει τίς διαταραχές στή διάχυση ἀερίων τῆς χολῆς ἤ τῆς λέμφου, καί τίς ἀσθένειες τῆς σπλήνας καί τοῦ ἥπατος. Καθημερινή χρήση τοῦ Μπάστι ἀδυνατεῖ τά τρυφερά ἔντερα καί μπορεῖ νά προξενήσει φλεγμονή στήν ἐσωτερική τους ἐπιφάνεια, καί γι' αὐτό χρειάζεται προσεκτική καθοδήγηση σ' αὐτά τά θέματα. Μπορεῖ νά ἀντικατασταθεῖ ἀπό καθαρισμό μέ ἀέρα, ἄν ὑπάρχει ἀνάγκη, παίρνοντας μέσα ἀέρα καί βγάζοντάς τον μετά, ἀντί γιά νερό.

(4) *Γκάτζα Κάρνι* ἤ *Κούντζ Κάρμα:* Εἶναι ἐπίσης γνωστό ὡς *Σάνκχα Πασάλα*. Ἡ ἄσκηση εἶναι ἡ ἑξῆς: πίνει κανείς ὡσότου γεμίσει ἡ κοιλιά του καί μετά τό ταράζει μέσα του μέ τήν κίνηση τῶν μυῶν καί μετά τό βγάζει ἀπό τό στόμα ὅπως κάνει ἕνας τζάλα ἤ ἕνας ἐλέφαντας μέ τήν προβοσκίδα τοῦ. Μ' αὐτό τόν τρόπο πίνει κανείς χλιαρό νερό μέχρι νά γεμίσει καλά ἡ κοιλιά του καί ὕστερα τό κάνει ἐμμετό μετά πού θά πλύνει τό ἐσωτερικό πεπτικό σύστημα μέ μιά κυκλική κίνηση τῶν ἐσωτερικῶν μυῶν. Εἶναι εἰδικά χρήσιμο γι' αὐτούς πού ὑποφέρουν ἀπό χολή ἤ ὀξύτητα.

(5) *Νιγιόλι Κάρμα* (σείσιμο τῆς κοιλιᾶς): Ἐκτελεῖται καθή-

μενος κανείς ἴσιος στή Σίντα ἤ Πάντμα Ἀσάνα μέ τά χέρια ἀκουμπισμένα στά γόνατα. Τό ἐπάνω μέρος τοῦ σώματος μαζί μέ τά ἔντερα πρέπει νά κινεῖται ἤ νά σείεται γρήγορα ἀπό τά δεξιά πρός τά ἀριστερά ἔτσι ὥστε νά ἀποβληθοῦν ὅλες οἱ ἐσωτερικές ἀκαθαρσίες πού εἶναι κολλημένες στά ἐσωτερικά τοιχώματα. Αὐτή ἡ ἄσκηση εἶναι χρήσιμη γιά νά ἀπαλλαγεῖ κανείς ἀπό τίς κοιλιακές ἀδιαθεσίες γαστρικῆς φύσης καί τή συσσώρευση ἀερίων μέ τήν ἀπελευθέρωση τῶν πεπτικῶν ἐκκρίσεων. Βοηθᾶ στή σύσπαση τῶν μυῶν πού μέ τή σειρά της βοηθᾶ τή γιογκική ἀναπνοή ἤ τό πραναγιάμ.

(6) *Τρατάκ Κάρμα* (προσήλωση τοῦ βλέμματος): Αὐτό εἶναι μιά *ντρίστι σάντνα* καί εἶναι ἡ προσήλωση τοῦ βλέμματος, πρῶτα σέ ἐξωτερικά κέντρα, καί μετά σιγά σιγά σέ ἐσωτερικά κέντρα ὅπως ἐξηγήσαμε ἐκτενέστερα στίς προηγούμενες σελίδες πού μιλοῦν γιά τήν Γιόγκ Βίντια καί τή Γιόγκ Σάντνα, στό τμῆμα τοῦ "πραναγιάμ". Μέ αὐτή τό βλέμμα γίνεται σταθερό καί ὅταν γυρίσει πρός τά μέσα, ἀρχίζει κανείς νά βλέπει τά θαυμαστά τοῦ ἐσωτερικοῦ κόσμου τοῦ Τρικούτι, πού εἶναι ὁ ἀνώτατος οὐρανός αὐτῶν τῶν γιόγκι*.

---

* Ὁ Μπάμπα Γκαρίμπ Ντάς μᾶς λέει ὅτι οἱ γιόγκι θεωροῦν τήν Τίλ ὡς *Κσάρ*, τό Σάχανσντάλ Καμάλ ἤ Σαχασράρ ὡς *Ἀκσάρ* καί τό Τρικούτι ὡς *Νέ - Ἀκσάρ*. Οἱ γιογκισουάρ, πάνε ἕνα βῆμα μακρύτερα καί ἀρχίζοντας ἀπό τό Σαχασράρ, μπαίνουν στό Ντάσουαν Ντουάρ ἐνῶ οἱ ὀνοματολογία τῶν ἁγίων πάνω σ' αὐτό τό θέμα εἶναι τό Τρικούτι γιά Κσάρ, τό Ντάσουαν Ντουάρ γιά Ἀκσάρ καί τό Μπάνουαρ Γκούφα γιά Νέ - Ἀκσάρ, καί μετά τό ὑπερπέραν δηλ. τό Σάτ Λόκ.

Στίς γραφές, Ἀκσάρ σημαίνει τή δημιουργική ἀρχή τῆς ζωῆς καί λέγεται ὅτι αὐτός πού γνωρίζει καί πραγματοποιεῖ τήν οὐσία της γίνεται κατάλληλος γιά τό μονοπάτι πρός τό Θεό. Ὁ *Ἀκσάρ Πουρούς* μέ τή βοήθεια τοῦ *Ἀνχάντ* ἤ τῆς ἀτέλειωτης Ἠχητικῆς Ἀρχῆς εἶναι ὑπεύθυνος γιά τή δημιουργία τοῦ ἀστρικοῦ καί τοῦ φυσικοῦ ἐπιπέδου κάτω ἀπό τό Τρικούτι. Αὐτά εἶναι ὑποκείμενα σέ διάλυση, καί εἶναι γνωστά ὡς Κσάρ ὡς ἀντίθετου τοῦ Ἀκσάρ, τοῦ ἀκατάστρεπτου *Κιουτάσθα* καί *Ἀβιάκτ* (πάνω ἀπό τή φθορά καί τή διάλυση). Πάνω ἀπό τό Κσάρ καί τό Ἀκσάρ εἶναι ὁ *Πουρσοττάμ* ἤ *Παραμάτμα* (ἡ Ὑπερψυχή ἤ ὁ Θεός). Βλέπε Μπαγκαβάντ Γκίτα 12:3-4 καί 15:16-17.

Οἱ πνευματικές περιοχές πάνω ἀπό τό Τρικούτι ὑποστηρίζονται ἀπό τόν

Ἐκτός ἀπό αὐτές, ὑπάρχουν καί δυό ἄλλες ἀσκήσεις:

(1) *Κάλπαλ Ντότι* (γρήγορη ἀναπνοή μέσα καί ἔξω) γιά τόν καθαρισμό τῶν πνευμόνων. Μπορεῖ νά ἀντικαταστήσει τή Νέτι, ἀλλά πρέπει νά ἀποφεύγεται κατά τή βροχερή ἐποχή καί ὅταν εἶναι κανείς ἄρρωστος. Ἡ ἀναπνοή πρέπει νά εἶναι σύντομη ἀλλά ὄχι πολύ γρήγορη, ἔτσι ὥστε νά μή βλάψει τούς πνεύμονες καί τό ἀναπνευστικό σύστημα.

(2) *Σάνκχ Πασάλι:* Εἶναι τό νά παίρνει κανείς νερό ἀπό τό στόμα καί ἀμέσως νά τό ἀποβάλλει ἀπό τόν πρωκτό μετά πού θά ταράξει λίγο τήν κοιλιά. Καθαρίζει ὁλόκληρο τό πεπτικό σύστημα πλένοντας καί καθαρίζοντάς το ἀπό ὅλες τίς ἀκαθαρσίες.

Ὅλες αὐτές οἱ διαδικασίες ἄν δέν γίνουν κάτω ἀπό τήν κατεύθυνση, τήν καθοδήγηση καί τόν ἔλεγχο ἑνός ἁρμόδιου στίς γιογκικές σάντνα, τίς περισσότερες φορές κάνουν περισσότερο κακό παρά καλό. Πρέπει νά παραδεχτοῦμε ὅτι ὑπάρχει κάτι τό τεχνητό καί τό ἀφύσικό σ' αὐτές, καί ἔχουν ἀναφερθεῖ περιπτώσεις κατά τίς ὁποῖες ἀκόμη καί ἁρμόδιοι ὑπόφεραν ἀπό τήν ἐκτέλεσή τους. Εἶναι λοιπόν καλύτερα νά καταφεύγει κανείς σέ φυσικούς τρόπους ἁπλῆς, ὑγιεινῆς καί φρέσκιας χορτοφαγικῆς διατροφῆς στή φυσική της κατάσταση, σέ λίγο γάλα ἀγελάδας καί γκίη*, δροσερό νερό, σέ τακτικά ἀλλά ὄχι κουραστικά γυμνάσματα, βαθιές ἀναπνοές κ.τ.λ. τά ὁποῖα εἶναι ὅλα ἀπαλλαγμένα ἀπό ὅλους τούς κινδύνους πού ἔχουν οἱ ἀσκήσεις τῆς Χάθα Γιόγκα.

Ἔτσι βλέπουμε πώς στή Χάθα Γιόγκα, πρῶτα πρέπει κανείς νά βάλλει σέ τάξη τό φυσικό σπίτι, καί ὅτι αὐτό γίνεται

Σάτ - Σάμπντα (τή *Σφότα* ἤ τήν οὐσία τοῦ Λόγου) καί ὁ κύριος αὐτῶν τῶν περιοχῶν εἶναι Νέ - Ἀκσάρ ἀλλά καί αὐτός ἐπίσης δέν μπορεῖ νά ἐπιζήσει στή μεγάλη διάλυση. Τό Σάτ Λόκ ἤ Μούκαμ - ί - Χάκ εἶναι ἡ πρώτη Μεγάλη Διαίρεση πού βρίσκεται πάνω ἀπό τά ὅρια τῆς διάλυσης καί εἶναι αἰώνια ἡ ἴδια *(Νέ - Ἀκσάρ - Πάρα)* καί αὐτή πράγματι εἶναι ἡ κατοικία τῶν ἁγίων, καθώς αὐτή εἶναι ἡ πατρίδα τους.

* Σημ. Μετ. γκίη = Βούτυρο ἀπό γάλα ἰνδικῆς βουβάλας διϋλισμένο ὥστε νά μοιάζει μέ λάδι.

μέ τήν ἄσκηση τῶν Σχάτ Κάρμα, ἤ τῶν ἕξι προκαταρκτικῶν ἀσκήσεων ὅπως περιγράφτηκαν πιό πάνω. Μετά ἀπό αὐτό, γιά νά ἐκτελέσει κανείς μέ ἐπιτυχία αὐτόν τόν τύπο τῆς γιόγκα καί νά εἰδικευτεῖ σ' αὐτόν, πρέπει νά καταφύγει στίς ἀκόλουθες πειθαρχίες:

(α) εὐσυνείδητη καλλιέργεια τῶν γιάμα καί νιγιάμα.

(β) Τήρηση τοῦ *σαντζάμ*, ἤ μετριότητα καί πειθαρχία σέ ὅλες τίς φάσεις τῆς ζωῆς, καί εἰδικά στίς σκέψεις, στά λόγια καί στίς πράξεις.

(γ) Φυσικές στάσεις ἤ ἀσάνα, μούντρα καί μπάντα.

(δ) Πραναγιάμ ἤ τόν ἔλεγχο καί τή ρύθμιση τοῦ ἀναπνευστικοῦ συστήματος, τά ὁποῖα ὅλα ἔχουν ἐξηγηθεῖ στήν Ἄστανγκ Γιόγκα.

Μποροῦμε τώρα νά δοῦμε τί εἶπαν μερικοί συγγραφεῖς γιά τή θέση τῆς Χάθα Γιόγκα στό πνευματικό μονοπάτι. Ὁ Σρί Γιογκίντρα, στήν Εἰσαγωγή του στό βιβλίο του *Χάθα Γιόγκα (Ἁπλοποιημένη)* μιλεῖ γιά τή Χάθα Γιόγκα ὡς ἑξῆς:

> Τήν ἀνάγκη αὐτοῦ τοῦ συστήματος τῆς γιόγκα πρέπει νά τήν αἰσθάνθηκαν στό πανάρχαιο παρελθόν ὅταν ἡ πειθαρχία καί ἡ ἐκπαίδευση τοῦ φυσικοῦ σώματος ἔγινε μιά οὐσιαστική μορφή πειθαρχίας καί ἐλέγχου τοῦ διανοητικοῦ, τοῦ ἠθικοῦ καί τοῦ ψυχικοῦ. Πάνω σ' αὐτό τό θέμα, ἡ Χάθα Γιόγκα πρέπει νά θεωρεῖται, καί θεωρεῖται, ὡς τό μεθοδικό πλησίασμα γιά τό κατόρθωμα τοῦ ἀνώτατου στή γιόγκα. Γιατί πραγματεύεται πρῶτα γιά τό φυσικό, τό ἀνθρώπινο, σῶμα σέ σχέση μέ τό νοητικό, ἔχει σωστά ἀναγνωριστεῖ ὡς ἡ φυσιολογική γιόγκα ἤ *Γκατάσια Γιόγκα*.

Ὁ συγγραφέας Ἀλαίν Ντανιελού στό βιβλίο του: *«Γιόγκα: Ἡ Μέθοδος τῆς Παλινόρθωσης»*, περιγράφει τή μέθοδο τῆς Χαθα Γιόγκα ὡς παλινόρθωση μέσο τῆς δύναμης, γιατί «ὁ ἑαυτός δέν εἶναι ἐφικτός ἀπό τόν ἀδύνατο», καί μιλώντας γιά τό στόχο καί τή μέθοδό της λέει:

> Χάθα Γιόγκα εἶναι τό ὄνομα πού δόθηκε στίς σωματικές ἀσκήσεις καί τίς πειθαρχίες μέ τίς ὁποῖες τό σῶμα

καί οἱ ζωτικές ἐνέργειες μποροῦν νά μποῦν κάτω ἀπό ἔλεγχο. Ἄν καί εἶναι ἕνα ἀπό τά μέσα τῆς γιόγκα, εἶναι ἡ πρώτη προετοιμασία πρός τό δρόμο τῆς παλινόρθωσης, οὐσιαστική γιά τήν μετέπειτα πραγματοποίηση.

Ὅλες οἱ διατριβές πάνω στή γιόγκα ἐπιμένουν ὅτι ὁ μοναδικός σκοπός τῶν φυσικῶν ἀσκήσεων τῆς Χάθα Γιόγκα εἶναι νά ὑπερπηδήσει τά φυσικά ἐμπόδια πού εἶναι στό πνευματικό ἤ τό βασιλικό μονοπάτι τῆς παλινόρθωσης — Ράτζα Γιόγκα.

«Χάθα» κατά λέξη σημαίνει "δύναμη θέλησης", ἡ ἀκαταδάμαστη θέληση νά κάνει κανείς ἕνα πράγμα ἤ νά κατορθώσει ἕνα σκοπό ὅσο καί ἄν αὐτός φαίνεται πώς εἶναι κάτι ἔξω ἀπό τό συνηθισμένο. Ὁ Ντανιελού συνεχίζει γιά νά ἐξηγήσει ἀπό τή *Γκοράκσα Σαμχίτα* τήν ἔννοια τῆς λέξης "Χάθα", ὡς ἑξῆς:

> Ἡ συλλαβή "Χά" ἀντιπροσωπεύει τόν ἥλιο, καί ἡ συλλαβή "θα" ἀντιπροσωπεύει τή σελήνη καί ὁ σύνδεσμος (γιόγκα) τοῦ ἥλιου καί τῆς σελήνης εἶναι λοιπόν Χάθα Γιόγκα.
>
> Οἱ κοσμικές ἀρχές πού ἐκδηλώνονται στόν κόσμο τῶν πλανητῶν ὡς ὁ ἥλιος καί ἡ σελήνη, βρίσκονται μέσα σέ κάθε ἄποψη τῆς ὕπαρξης. Στόν ἄνθρωπο, ἐμφανίζονται κυρίως κάτω ἀπό δύο μορφές, ἡ μιά στό λεπτό (ἀστρικό) σῶμα, καί ἡ ἄλλη στό χοντρό (ὑλικό) σῶμα. Στό λεπτό σῶμα ἐμφανίζονται ὡς δυό κανάλια πού κατά μῆκος τους ταξιδεύουν οἱ ἐντυπώσεις μας μεταξύ τοῦ λεπτοῦ κέντρου στή βάση τῆς σπονδυλικῆς στήλης καί τοῦ κέντρου στήν κορυφή τοῦ κεφαλιοῦ. Αὐτά τά δύο ὀνομάζονται ἴντα καί πινγκάλα· τό ἕνα ἀντιστοιχεῖ στήν ψυχρή ἄποψη τῆς σελήνης καί τό ἄλλο στή θερμή ἄποψη τοῦ ἥλιου.
>
> Στό χοντρό σῶμα, ἡ σεληνιακή καί ἡ ἡλιακή ἀρχή ἀντιστοιχοῦν στήν ἀναπνευστική, ψυχρή, καί στήν πεπτική, θερμή, ζωτική ἐνέργεια, καί ὀνομάζονται πράνα καί ἀπάνα. Εἶναι μέ τό συνδιασμό αὐτῶν τῶν δύο πολύ δυνατῶν ζωτικῶν ὁρμέρφυτων πού ὁ γιόγκι κατορθώνει τό σκοπό του. Σχετικά μέ τήν ἀναπνοή, ὁ ψυχρός

ἀέρας πού εἰσπνέεται ὀνομάζεται πράνα βαγιοῦ καί ὁ θερμός ἀέρας πού ἐκπνέεται ὀνομάζεται ἀπάνα βαγιοῦ.

Ἡ Χάθα Γιόγκα ἔχει ὁρισμένα ἀναμφισβήτητα πλεονεκτήματα, ἀπό τά ὁποῖα πολλά ἔχουν ἤδη περιγραφεῖ στό προηγούμενο κεφάλαιο ὅπου μιλήσαμε γιά τίς ἀσάνα, τό πραναγιάμ ἤ τήν πρατιαχάρα. Αὐτή βάζει τά θεμέλια γιά μιά ὑγιή ζωή ἱκανή νά ἀντισταθεῖ σέ πολλές φυσικές ἐντάσεις μέ τήν ἐξάλειψη τῆς τοξικῆς καί ἀκάθαρτης ὕλης πού εἶναι μέσα στόν ὀργανισμό μας. Γιά ἕνα γιόγκιν, ὁ θάνατος δέν ἔρχεται ὡς τό μέ βάσανα τέλος μιᾶς μακριᾶς πορείας φθορᾶς, ἀλλά ὅπως τό φύλλο τοῦ φθινοπώρου ἤ τό ὥριμο φροῦτο, εἶναι ὁ χωρισμός πού γίνεται φυσικά ἀπό ἐσωτερική ὡριμότητα. Ἡ ἀπόκτηση ἐλέγχου πάνω σέ διάφορες φυσικές λειτουργίες, βεβαίως, φέρνει ἐπίσης καί κάποιο βαθμό ἐλέγχου πάνω στό νοῦ, γιατί ὁποιαδήποτε αὐστηρή πειθαρχία πάνω στό σῶμα εἶναι ἀδύνατη χωρίς μιά πειθαρχία τῆς θέλησης, καί ἡ ἀνάπτυξη τῆς μιᾶς ὑποκινεῖ τήν ἄλλη.

Παρ' ὅλα αὐτά, οἱ φυσικές καί οἱ ψυχικές δυνάμεις πού ἐξασφαλίζει ἡ Χάθα Γιόγκα στό σαντάκ πού θά ἔχει ἐπιτυχία δέν εἶναι χωρίς τίς παγίδες καί τούς κινδύνους τους. Αὐτές ἀντί νά κρατηθοῦν μυστικές γιά περισσότερη πνευματική πρόοδο ἤ νά χρησιμοποιηθοῦν μόνο γιά τούς πιό ἀνθρωπιστικούς σκοπούς, συχνά τίς μεταχειρίζονται γιά νά κερδίσουν τό χειροκρότημα τοῦ κοινοῦ καί πλούτη. Δέν εἶναι τυχαῖο πού ὁ κοινός ἄνθρωπος συνδέει αὐτή τή γιόγκα μέ ἀνθρώπους πού περπατοῦν πάνω σέ ἀναμμένα κάρβουνα, καταπίνουν κομμάτια γυαλιῶν ἤ μεταλλικά ξυράφια, τρῶνε κεφάλια φειδιῶν καί μικρά τρωκτικά ζῶα, σταματοῦν αὐτοκίνητα πού τρέχουν, ἤ ἀφήνουν νά περάσουν ἀπό πάνω τους μεγάλα φορτηγά ἤ ἐλέφαντες. Ὁ σοβαρός σπουδαστής τῆς γιόγκα, βλέποντας αὐτή τήν κατάχρηση, πρέπει νά μεταχειριστεῖ αὐτές τίς ἀσκήσεις αὐστηρῶς ὡς βοηθητικά βήματα πρός τή Ράτζα Γιόγκα ἤ ἀλλοιῶς νά τίς ἀπορρίψει τελείως ὡς ἀκόμη μιά ἐπιπλέον ἀπόσπαση ἀπό τό σκοπό, ἕνα ἄλλο μέσο γιά νά κολακευτεῖ τό ἐγώ, ἐνῶ αὐτός προσπαθεῖ νά ἐξοπλιστεῖ γιά νά τό κυριαρχή-

σει. Ὁ Χιούστον Σμίθ, στό βιβλίο *«Οἱ Θρησκεῖες τοῦ Ἀνθρώπου»*, ἔχει θέσει καθαρά τό θέμα:

> Μερικοί ἄνθρωποι ἐνδιαφέρονται κυρίως γιά νά ἐναρμονίσουν τό σῶμα τους. Δέν χρειάζεται νά ποῦμε, ὅτι ὑπάρχουν καί πανομοιότυποί τους Ἰνδοί - ἄνθρωποι πού ἔχουν ὡς βασικό ἐνδιαφέρον τους τήν κυριαρχία τοῦ σώματος... Ἐνῶ ἡ Δύση ἔψαξε γιά δύναμη καί ὀμορφιά, ἡ Ἰνδία ἐνδιαφέρθηκε γιά τήν ἀκρίβεια καί τόν ἔλεγχο, τόν ἰδανικά τέλειο ἔλεγχο πάνω σέ κάθε λειτουργία τοῦ σώματος... Ὁ Τζούλιαν Χάξλεϋ τόλμησε νά πεῖ ἐπιφυλακτικά, ὅτι ἡ Ἰνδία φαίνεται νά ἔχει ἀνακαλύψει μερικά πράγματα πάνω στό τί μπορεῖ νά φτάσει νά κάνει τό σῶμα, γιά τά ὁποῖα ἡ Δύση δέν ἔχει τήν παραμικρή ἰδέα. Αὐτό τό ἐκτενές σύστημα καθοδήγησης περιλαβαίνει μιά αὐθεντική γιόγκα, τή Χάθα Γιόγκα. Ἀρχικά ἀσκεῖτο ὡς ἕνα προκαταρκτικό γιά τήν πνευματική γιόγκα, ἀλλά καθώς ἔχει χάσει κατά πολύ αὐτή τή σχέση, δέ χρειάζεται νά μᾶς ἀπασχολήσει ἐδῶ. Ἡ κρίση τῶν Ἰνδῶν σοφῶν πάνω σ' αὐτό τό θέμα μπορεῖ νά γίνει ἐπίσης καί δικιά μας: ἀπίστευτα πράγματα μποροῦν νά γίνουν μέ τό σῶμα ἄν αὐτό εἶναι ἐκεῖνο τό ὁποῖο σέ ἐνδιαφέρει καί εἶσαι πρόθυμος νά ἀφιερώσεις τή ζωή σου σ' αὐτό. Ἀλλά αὐτά τά πράγματα δέν ἔχουν τίποτα νά κάνουν μέ τή φώτιση. Στήν πραγματικότητα αὐτά προέρχονται ἀπό μιά ἐπιθυμία ἐπίδειξης, ἡ κυριαρχία τους συντείνει στήν ὑπερηφάνεια καί γι' αὐτό εἶναι βλαβερά στήν πνευματική πρόοδο.

III ΛΑΓΙΑ ΓΙΟΓΚΑ

Αὐτή εἶναι ἡ γιόγκα τῆς ἀπορρόφησης ἤ τῆς καταβύθισης. *Λάγια* κατά λέξη σημαίνει τό νά χάσει κανείς τόν ἑαυτό του σέ μιά ἰδέα πού ἐπικρατεῖ μέσα του ἤ σέ ἕνα πάθος πού τόν κυριαρχεῖ. Μέ μιά βαθιά καί συνεχή ἀπορρόφηση μέσο τῆς αὐτοσυγκέντρωσης, ὁδηγεῖται κανείς σιγά σιγά σέ μιά κατάσταση λησμονιᾶς κάθε ἄλλου πράγματος, συμπεριλαβαινόμενου καί τοῦ σώματός του, καί δέν ἔχει παρά μιά μόνο σκέ-

ψη πάνω ἀπ' ὅλα μέσα στό μυαλό του, πού εἶναι ὁ στόχος πού ἐπιδιώκει νά πραγματοποιήσει. Αὐτή ἡ ἔμμονη ἰδέα μπορεῖ νά εἶναι γιά ὁ,τιδήποτε, γιά ἐγκόσμια κέρδη, γιά δύναμη καί ψωροπαράδες, γιά ὄνομα καί φήμη· ἀκόμη καί γιά τήν ἀπόκτηση ρίντι καί σίντι ἤ ὑπερφυσικῶν δυνάμεων ἤ, πάνω ἀπό ὅλα, γιά νά φτάσει κανείς τήν Τελική Πραγματικότητα πού ὀνομάζουμε Θεό. Λοιπόν ὑπάρχουν διάφορες μορφές καί στάδια τῆς Λάγια Γιόγκα, καί τό ἀνώτατο βεβαίως εἶναι ἡ ἀπορρόφηση στή θέαση τοῦ Θεοῦ — ἡ γνώμη τῶν γιόγκι πάνω σ' αὐτό τό θέμα εἶναι, ὅτι τό ἀστρικό φῶς εἶναι Αὐτός καί τό μέσο γιά νά φτάσει κανείς ἐκεῖ εἶναι ἡ ἄσκηση τῶν μούντρα ἤ τῶν κλειδομένων στάσεων, πολλές ἀπό τίς ὁποῖες ἔχουν ἤδη περιγραφεῖ στό προηγούμενο κεφάλαιο· γιατί ἡ Λάγια Γιόγκα εἶναι πολύ σχετική μέ τοῦ Πατάντζαλι τίς ἀπόψεις πάνω στή ντιάν. Ὁ ἀνώτατος τύπος θέασης στή Λάγια Γιόγκα μᾶς μεταφέρει πάνω ἀπό τή σωματική συνειδητότητα, ὁδηγώντας στό Θεῖο Ἔδαφος τῆς ἀνθρώπινης ψυχῆς — τό Σαχασράρ ἤ τό κέντρο τῶν λεπτῶν περιοχῶν, μέ ἕνα χιλιοπέταλο λωτό γεμάτο ἀπό φῶτα σέ ἕνα πυραμυδοειδές σχῆμα. Ἡ λησμονιά ὅλων τῶν πραγμάτων ἐκτός ἀπό τό θέμα τοῦ συνεχοῦς διαλογισμοῦ εἶναι τό κλειδί τῆς ἐπιτυχίας σ' αὐτή τή μορφή τῆς γιόγκα. Εἶναι τό φυσικό ἀποτέλεσμα τῆς πρατιαχάρα καί τῆς ντάρνα ὁδηγώντας στή ντιάν, πού συνδεμένα ὅλα μαζί ἀποτελοῦν τή βάση τῆς Λάγια Γιόγκα.

Οἱ γιόγκι πιστεύουν στίς δίδυμες ἀρχές τοῦ Πουρούς καί τῆς Πρακρίτι, ἡ θετική ἀρσενική καί ἡ ἀρνητική θηλυκιά ἀρχή, καί μέσα στόν Ἄνθρωπο καί μέσα στή Φύση. Μέσα στόν Ἄνθρωπο αὐτή ἡ ἐνέργεια τῆς Φύσης βρίσκεται κουλουριασμένη στό βασικό κατώτατο κέντρο μέσα στό σῶμα, καί ἡ διαδικασία εἶναι τό νά ξυπνήσει σέ δραστηριότητα μέ τήν ἐκτέλεση τῶν ἀσάνα καί τήν ἄσκηση τῆς γιογκικῆς ἀναπνοῆς, καί τό νά μεταφερθεῖ ἐπάνω μέσο τοῦ κεντρικοῦ νάντι — σουκμάν — ὡσότου φτάνει καί βυθίζεται στό ἀνώτατο κέντρο — τόν Πουρούς στό Σαχασράρ — καί ἀπό αὐτό προῆλθε ὁ ὅρος γιόγκα τῆς καταβύθισης. Γιά νά ἐπιτύχει κανείς στή

Λάγια Γιόγκα, πρέπει νά βασίζεται στά φῶτα τῶν διαφόρων στοιχείων πού ἐπικρατοῦν στά τσάκρα, ἤ στά κέντρα, μέσα στήν πίντ ἤ τό φυσικό σῶμα. Καθώς αὐτό τό ταξίδι τῆς καταβύθισης τοῦ νοῦ μέσα στό τσίντ - ἀκάς δέν εἶναι ἀπαλλαγμένο ἀπό κινδύνους, εἶναι ἀναγκαῖο νά τό ἐκτελεῖ κανείς κάτω ἀπό τήν αὐστηρή καθοδήγηση ἑνός εἰδήμονα σ' αὐτή τή γραμμή.

Ἡ Λάγια Γιόγκα διαφέρει ζωτικά ἀπό τίς ἄλλες μορφές τῆς γιόγκα, πού ἔχουν κυρίως ἕνα θετικό πλησίασμα μέ διαλογισμό ἤ θέαση πάνω σ' ἕνα ὁρισμένο ἀντικείμενο. Στή Λάγια Γιόγκα, τό πλησίασμα εἶναι ἑνός ἀρνητικοῦ τύπου. Ἀντί νά βάλλει σέ ἔλεγχο τό νοῦ ὅπως κάνουν γενικά τά συστήματα τῆς γιόγκα, συγκεντρώνεται στό νά βάλλει σέ ἔλεγχο τήν Κουνταλίνι, τή ζωτική ἐνέργεια, πού βρίσκεται κρυμμένη καί κοιμισμένη, καί εἶναι ἴσως ἐπειδή πραγματεύεται μέ μιά σέ λαθεμένη κατάσταση ἐνέργεια, πού ὀνομάζεται Λάγια Γιόγκα.

IV ΡΑΤΖΑ ΓΙΟΓΚΑ

Ὅπως δείχνει καί δηλώνει τό ὄνομα, σημαίνει "ὁ βασιλικός δρόμος πρός τήν παλινόρθωση", ἡ παλινόρθωση τῆς ψυχῆς πού εἶναι τώρα σέ μιά κατάσταση ἀποσύνθεσης, ἔχοντας χάσει τό σύνδεσμό της μέ τήν ποικίλλη ἐπίδραση τοῦ νοῦ πού τρέχει σέ τόσο πολλά κανάλια πού πᾶνε πρός τά ἔξω. Αὐτό τό μονοπάτι προσφέρει ἕνα ἐπιστημονικό πλησίασμα στό Θεό καί ταιριάζει καλύτερα σέ ἀνθρώπους πού εἶναι προικισμένοι μέ ἕνα ἐπιστημονικό νοῦ καί μιά ἐπιστημονική σκοπιά, καί ἐσωτερικῶς καί ἐξωτερικῶς, καί ἐπιδίδονται στόν πειραματισμό. Βασίζεται στήν ὑπόθεση ὅτι ὁ ἀληθινός ἑαυτός μέσα στόν ἄνθρωπο εἶναι τελείως διαφορετικός καί πολύ πιό θαυμάσιος ἀπό ὅ,τι κοινῶς ὑποτίθεται καί φαίνεται πώς εἶναι μέσα στήν καθημερινή ζωή, ὅπου εἶναι ὑποκείμενος σέ περιορισμούς πού συσσωρεύονται καί τόν πιέζουν ἀπό ὅλες τίς μεριές, κάνοντάς τον νά φαίνεται σέ ὅλες του τίς πράξεις ἕνα περιορισμένο στοιχεῖο καί ὄχι ἡ ἀπεριόριστη πραγματικότητα πού πράγματι εἶναι.

Ἐπίσης, τά πειράματα τῆς Ράτζα Γιόγκα πρέπει νά ἐκτελε-

στοῦν πάνω στόν ἑαυτό μας ἀντίθετα ἀπό τίς ἄλλες ἐπιστῆμες, στίς ὁποῖες ὁλόκληρη ἡ διαδικασία εἶναι πειραματισμός στήν ἐξωτερική φύση. Ἕνας Ράτζα γιόγκι δέν πρέπει νά παίρνει τά πράγματα ὅπως εἶναι ἤ νά παραδέχεται τυφλά μιά αὐθεντία, εἴτε τῶν γραφῶν εἴτε ἄλλη. Τό δικό του μονοπάτι εἶναι οὐσιαστικά ἕνα μονοπάτι αὐτοπειραματισμοῦ μέσα στό χημεῖο τοῦ νοῦ, καί αὐτός προχωρεῖ σιγά ἀλλά σταθερά, βῆμα - βῆμα, καί δέ σταματᾶ ποτέ ὡσότου φτάσει στό σκοπό του.

Ὁ ἄνθρωπος, σύμφωνα μέ τή Ράτζα Γιόγκα, εἶναι μιά "ὀντότητα μέ ἐπίπεδα" καί εἶναι ντυμένη μέ τόσο πολλές πτυχές, τή μιά μέσα στήν ἄλλη, δηλ. τό σῶμα, τίς συνήθειες τοῦ σώματος, τόν τρόπο ζωῆς, αὐτόν πού κληρονόμησε καί αὐτόν πού ἀπόκτησε, τίς αἰσθήσεις καί τίς ροπές, τούς ζωτικούς ἀέρες, τόν ἀνήσυχο νοῦ μέ τίς ἀναρίθμητες νοητικές δονήσεις, τήν πάντοτε δραστήρια θέληση καί τόν ἐγωκεντρισμό κ.τ.λ., τά ὁποῖα ὅλα διαμορφώνουν κόσα ἤ πέπλα πού σκεπάζουν τό ἄτμαν. Μέσα σ' αὐτά βρίσκεται τό κορυφαῖο κόσμημα τοῦ Ὄντος, τοῦ Ἑαυτοῦ πού διαμένει παντοτινά κάτω ἀπό τή φαινομενική προσωπικότητα. Λοιπόν ἡ τέλεια ἀπελευθέρωση *(μούκτι)*, εἶναι ἡ τέλεια ἀπαλλαγή ἀπό τίς ἀμέτρητες περιοριστικές διαδικασίες πού περιτυλίγουν τόν Ἀπέραντο Ὠκεανό τῆς Δημιουργικῆς Ἀρχῆς τῆς Ζωῆς, ἔτσι ὥστε νά ἔχει κανείς ὅλη τή δύναμη, ὅλη τή ζωή, ὅλη τή σοφία, ὅλη τή χαρά, ὅλη τή μακαριότητα καί ὅλα τά ἄλλα πράγματα στήν πληρότητά τους. Μέ ἄλλα λόγια, αὐτό σημαίνει ἀπροσωποποίηση τῆς ψυχῆς σχίζοντας, κατά λέξη, τήν προσωπικότητα ἤ τή μάσκα πού βάζει ἕνας ἠθοποιός ὅταν βγαίνει στή σκηνή γιά νά παίξει τό ρόλο του. Ἡ δουλειά λοιπόν ἑνός Ράτζα γιόγκι, εἶναι νά ἀφαιρέσει τή μάσκα ἀπό τήν πραγματικότητα πού εἶναι μέσα του βγάζοντας τίς ἀπειράριθμες μάσκες ἤ τούς ψεύτικους ταυτισμούς, καί ἔτσι νά χωρίσει τό μεγάλο Ἑαυτό ἀπό τίς θῆκες πού τόν σαβανώνουν καί ἀπό τίς ὁποῖες παρακωλύεται.

Ἡ Ἄστανγκ Γιόγκα ἤ τό ὀκτάπτυχο μονοπάτι τοῦ Πατάντζαλι ὁδηγεῖ σ' αὐτό πού εἶναι κοινῶς γνωστό ὡς Ράτζα Γιόγκα. Εἶναι ἡ σκάλα μέ τήν ὁποία φτάνει κανείς στό *Νίρμπιτζ*

Σαμάντι, στό *Οὐνμάνι*, στό *Σεχάτζ - ἀουέσθα* ἤ τό *Τουρίγια Πάντ*, πού εἶναι ἡ κορόνα ὅλων τῶν συστημάτων τῆς γιόγκα καί τό ἀπάνθισμα τῆςγιογκικῆς τέχνης. Αὐτή πραγματεύεται μέ τήν ἐκγύμναση τοῦ νοῦ καί τῶν ψυχικῶν του δυνάμεων μέχρι τοῦ σημείου πού μπορεῖ νά ὁδηγήσει στή Φώτιση, μέ τήν ὁποία φτάνει κανείς στήν ἀληθινή ἀντίληψη καί ἀποκτᾶ ἰσορροπία, μιά κατάσταση ξυπνητῆς ἔκστασης. Ἡ ψυχή του εἶναι ἀδιάσειστα στεριωμένη στό κέντρο της *(σάμ)* ἐσωτερικῶς, ἄν καί μπορεῖ φαινομενικά νά εἶναι ἀπασχολημένος σέ ἐγκόσμιες ἐπιδιώξεις ὅπως ὅλους τούς ἄλλους ἀνθρώπους. Αὐτή ἡ κατάσταση εἶναι ὁ κολοφώνας ὅλων τῶν γιογκικῶν προσπαθειῶν καί ἀσκήσεων, καί μιᾶς καί κατορθωθεῖ, ὁ γιόγκι, ἐνῶ ζεῖ μέσα στόν κόσμο, ὅμως δέν ἀνήκει πιά στόν κόσμο. Μ' αὐτόν τόν τρόπο ὁ Ράτζ Ρίσι Τζανάκ καί ὁ Θεός Κρίσνα, ὁ πρίγκηπας τῶν γιόγκι, ζοῦσαν μέσα στόν κόσμο, πάντοτε ἀπασχολημένοι σέ ἐγκόσμιες ἐπιδιώξεις καί δραστηριότητες, κρατώντας τόν τροχό τοῦ κόσμου μέσα στά χέρια τους σέ αἰώνια κίνηση, ὅμως μέ ἕνα ἀκίνητο κέντρο καρφωμένο στό Θεῖο Ἐπίπεδο. Ὅλες τους οἱ πράξεις χαρακτηρίζονταν ἀπό δράση μέσα στήν ἀδράνεια. Αὐτή εἶναι ἡ κορυφή στό γιογκικό σύστημα, μιά κατάσταση κατά τήν ὁποία, ὁ νοῦς καί ἡ διάνοια ἀκινητοῦν. Στήν Κάθα Οὐπανισάδα ἔχουμε:

> *Ὅταν ὅλες οἱ αἰσθήσεις ἠρεμήσουν, ὅταν ὁ νοῦς ἡσυχάζει, ὅταν ἡ διάνοια δέν περιπλανιέται — αὐτή λέει ὁ σοφός, εἶναι ἡ ἀνώτατη κατάσταση — ἡ Κεϊβαλάγια Πάντ (ἡ κατάσταση τῆς ὑπέρτατης πραγματοποίησης).*

Αὐτή καταλήγει στό Σαμάντι (τό τελικό βῆμα στό σύστημα τοῦ Πατάντζαλι), ὅπου τό ἄτομο χάνει τήν ἀτομικότητά του καί βλέπει μέσα του τό σύνολο, ἀδέσμευτο καί χωρίς σῶμα, ἀπεριόριστο καί ἐλεύθερο, διαπερνώντας τά πάντα ὅπως ὁ αἰθέρας. Αὐτό εἶναι τό νά βλέπει κανείς, ὅλα τά πράγματα μέ τήν ἄποψη τῆς αἰωνιότητας.

Ἐδῶ δέ θά εἶναι ἀταίριαστα μερικά λόγια γιά τό σαμάντι. Τό Σαμάντι μπορεῖ νά εἶναι συνειδητό ἤ ὑπερσυνειδητό. Στό

ἕνα ὁ νοῦς ἐξακολουθεῖ νά ἔχει συνείδηση τοῦ ἀντικειμένου ἐνῶ στό ἄλλο, ὑπάρχει μιά ἐσωτερική ἠρεμία κατά τήν ὁποία βλέπει κανείς καί ἔχει μιά πραγματική διόραση, σάν σέ ἀστραπή, τοῦ ἀντικειμένου ὅπως πραγματικά αὐτό εἶναι. Αὐτό εἶναι τό νά βλέπει κανείς μέ τήν ψυχή (ἤ μέ τό ἐσωτερικό πνευματικό μάτι), ὅταν τά μάτια τοῦ σώματος εἶναι κλειστά. Αὐτή εἶναι ἄμεση καί ἀπευθείας ἀντιλαμβανόμενη γνώση ὡς ξεχωριστή ἀπό τήν ἔμμεση γνώση, δηλ. μέσο τῶν μουτζουρομένων γυαλιῶν τῶν αἰσθήσεων, τοῦ νοῦ καί τῆς διάνοιας. Εἶναι μιά κατάσταση "ἀκίνητης σιωπῆς", πού πολύ ἀπέχει ἀπό τόν ἔξω κόσμο μας, πού σέ τρελλαίνει. Εἶναι μιά μυστικιστική κατάσταση κατά τήν ὁποία, τά: τσίτ, μάνας, μπούντι καί ἄχανκαρ χάνουν ὅλα τίς ἀντίστοιχες λειτουργίες τους καί μόνο ὁ ξεμπερδεμένος καί ξε - ἀτομικοποιημένος Ἑαυτός ἀκτινοβολεῖ στήν πρωταρχική του λαμπρότητα. Γι' αὐτή τήν κατάσταση ὁ Βιάσα μᾶς λέει: «Ἡ γιόγκα μπορεῖ καλύτερα νά γίνει γνωστή μόνο μέσο τῆς γιόγκα, γιατί ἡ γιόγκα ἐκδηλώνεται μέσο τῆς γιόγκα» (Γιόγκα Μπάσια 3:6).

Ἡ πιό ἱερή συλλαβή γιά τούς Ράτζα γιόγκι εἶναι τό *Ἀούμ* Στήν Μαντούκια Οὐπανισάδα, ἔχουμε μιά λεπτομερή ἐξιστόρηση αὐτῆς τῆς λέξης. Εἶναι ἡ ἴδια μέ τόν ἱερό Λόγο στό κατά Ἰωάννη Εὐαγγέλιο. Εἶναι ἡ *Κάλμα* ἤ *Μπάνγκ - ι - Καντίμ* τῶν Μουσουλμάνων, τό *Ἄκας Μπάνι* ἤ *Βάκ Ντέβι* τῶν ἀρχαίων Ρίσι, τό *Οὔτζίτ* ἤ *Νάαντ* τῶν Οὐπανισάδων, ὁ *Σραόσα* τοῦ Ζωροάστρη, καί τό *Νάαμ* ἤ *Σάμπντ* τῶν Διδασκάλων. Καί ὁ κόσμος καί οἱ Βέδες προέρχονται ἀπό αὐτή τή συλλαβή Ἀούμ. Στήν Γκίτα λέγεται: «Ὁ Μπράχμιν, πού ἀπαγγέλοντας καί σκεπτόμενος τό Ἀούμ, προχωρεῖ, ἀφήνοντας τό σῶμα, συνεχίζει τό ἀνώτατο μονοπάτι». Ὁ Θεός Κρίσνα μιλώντας γιά τόν ἑαυτό του λέει: «Εἶμαι *Ὀμκάρ,* Εἶμαι *Πράβνα* μέσα σέ ὅλες τίς Βέδες, στήν ὁμιλία εἶμαι *Ἔκ - Ἄκσρα* (Ἡ Μία Συλλαβή)». Στίς Οὐπανισάδες ἀναφέρεται: «Τό Ἀούμ εἶναι τό τόξο, ὁ νοῦς εἶναι τό βέλος ὁ Μπραχμάν εἶναι ὁ στόχος. Γνώρισε τόν Μπραχμάν μέ τήν αὐτοσυγκέντρωση, κτύπησε τό στόχο μέ προσήλωση τῆς δρασης μόνο πάνω σέ ἕνα σημεῖο *(Ἐκαγ-*

κράτ), καί μετά ὅπως ἕνα βέλος πού γίνεται ἕνα μέ τό στόχο, ἡ ἀτομική ψυχή θά ταυτισθεῖ μέ τόν Μπραχμάν».

Μιά μοναδική δόνηση στό Μπραχμάν (*Ἔκο Ἄχαμ Μπαχουσιάμ*), προξένησε ὅλες τίς λόκα, καί ἔφερε σέ ὕπαρξη ὅλα τά ἐπίπεδα, τό πνευματικό, τό αἰτιατό, τό ἀστρικό καί τό φυσικό, μέ τίς ἀμέτρητες διαιρέσεις καί ὑποδιαιρέσεις τους. Οἱ φυσικές δονήσεις μέσα στόν ἄνθρωπο ἀντιστοιχοῦν στή μία. ἀρχική δόνηση πού ὁδήγησε στήν προβολή τοῦ *Σρίστι* ἤ τοῦ Σύμπαντος, μέ ὅλες τίς τριάδες του, ὅπως *Μπράχμα, Βίσνου* καί *Σίβα· Σάτβα Ράτζα* καί *Τάμα· Τζαγκράτ, Σουαπάν* καί *Σουσούπτι*, τά ὁποῖα περιέχονται ὅλα στό Ἀούμ, τόν κύριο τῶν τριῶν κόσμων.

Ὁ Γιάμα, ὁ Θεός τοῦ Θανάτου, προτρέποντας τόν Νατσικέτα εἶπε: «Ὁ στόχος πού ὁμοιόμορφα ἐξυμνεῖται ἀπό ὅλες τίς Βέδες, καί γιά τόν ὁποῖο ὁ ἄνθρωπος ἀγωνίζεται μέ ὅλες του τίς τάπα εἶναι, σέ συντομία, τό Ἀούμ».

Ὅμοια, ὁ ὅρος *πράνβα* σημαίνει κάτι παντοτινά καινούργιο καί φρέσκο, ἀναλλοίωτο καί αἰώνιο *(κιουτάσθα νίτια)*, ὅπως ἡ σχέση μεταξύ τοῦ Σάμπτα καί τῆς σημασίας του, ὡς ἀντίθετο τῆς *παρινάμα νίτια*, πού παντοτινά ἀλλάζει.

Ἀπό τά πιό πάνω συμπεραίνουμε ὅτι καθεμιά ἀπό τίς τέσσερις κλασικές μορφές τῆς γιόγκα δέν εἶναι παρά ἕνα ἀκέραιο μέρος τοῦ γιογκικοῦ συστήματος ὡς ἕνα σύνολο ὅπως δόθηκε ἀπό τόν Πατάντζαλι, μέ μιά εἰδική ἔμφαση στή μία ἤ στήν ἄλλη ἄποψη τοῦ συστήματος, καί ὅτι αὐτές οἱ μορφές ἀποτελοῦν μιά προοδευτική ἀνάπτυξη ἀπό τό Μάντρα Σίντι στή Ράτζα Γιόγκα, τό κάθε βῆμα ἀνοίγοντας τό δρόμο γιά τό ἑπόμενο ἀνώτερο στάδιο στό γιογκικό μονοπάτι.

Γιά νά γίνει ἡ γιόγκα πιό κατορθωτή, στήν πράξη, ἔγιναν ξεχωρισμοί στούς μετέπειτα χρόνους, γιά τούς διάφορους τύπους τῶν ἀνθρώπων, βασιζόμενοι στίς ἀτομικές ἰδιοσυγκρασίες καί τίς ἐπαγγελματικές ἐπιδιώξεις. Ἐνῶ οἱ ἄνθρωποι πού ἦταν πολύ διανοούμενοι καί ἐξηγοῦσαν μέ τό συλλογισμό ὅλα τά πράγματα πολύ συχνά ἀκολουθοῦσαν τή Τζνάνα Γιόγκα ἤ «τή Γιόγκα τῆς Γνώσης», σ' αὐτούς μέ συναισθηματική

ἰδιοσυγκρασία προσφερόταν ἡ Μπάκτι Γιόγκα ἤ «ἡ Γιόγκα τῆς Ἀφοσίωσης», πού ἀποτελεῖτο ἀπό γυμνάσματα ἀφοσίωσης ὅπως τό νά τραγουδᾶ κανείς καί νά ψέλνει ὕμνους καί ψαλμούς (ὅπως ἔκανε ἡ πριγκίπισσα Μίρα καί ὁ Τσεϊτάνια Μαχαπραμπού). Ἐπίσης, αὐτοί πού ἦταν προηγουμένως ἀπασχολημένοι μέ τίς ἐξωτερικές δραστηριότητες τοῦ κόσμου, θεωροῦνταν πιό κατάλληλοι γιά τήν Κάρμα Γιόγκα ἤ «τή Γιόγκα τῆς Δράσης», πού ἀποτελεῖται ἀπό στερήσεις ὅπως νηστεῖες καί ἀγρυπνίες, ἐκτέλεση τῶν *γιάτζνας* καί ἄλλων φιλανθρωπικῶν πράξεων, ἀξιέπαινων ἔργων ὅπως ταξίδια προσκυνήματος σέ ἱερούς τόπους, διάβασμα τῶν γραφῶν, κ.τ.λ., καί πάνω ἀπ' ὅλα τό μονοπάτι τοῦ ἀνιδιοτελοῦς καθήκοντος. Μ' αὐτόν τόν τρόπο προέκυψαν οἱ τρεῖς τύποι τῶν "λαϊκῶν γιόγκα", τοῦ κεφαλιοῦ, τῆς καρδιᾶς καί τοῦ χεριοῦ, πού σήμαιναν τή Τζνάνα Γιόγκα, τή Μπάκτι Γιόγκα καί τήν Κάρμα Γιόγκα. Ἡ πρώτη καθαρή καί σαφή ἔκθεση αὐτῶν τῶν γιόγκα εἶναι μέσα στή Μπαγκαβάτ Γκίτα, καί ὁ Θεός Κρίσνα ἔχει τήν ἴδια σχέση μέ αὐτές ὅπως ὁ Πατάντζαλι μέ τούς τέσσερις παραδοσιακούς τύπους.

Ἀλλά πρέπει νά σημειωθεῖ ὅτι αὐτοί οἱ τρεῖς τύποι δέν μποροῦν νά ταξινομηθοῦν σέ ὑδατοστεγῆ διαμερίσματα. Ὁ καθένας ἀπό αὐτούς δύσκολα μπορεῖ νά ἀσκηθεῖ μόνος του ἀποκλείοντας τελείως τούς ἄλλους. Αὐτοί ἁπλῶς δείχνουν τά προεξέχοντα καί ἔμφυτα χαρακτηριστικά τῆς φύσης τῶν ἀναζητητῶν. Ἁπλῶς μιά μόνο καί θεωρητική γνώση τῆς γιόγκα, χωρίς ἀφοσίωση καί πράξη, εἶναι ἀκριβῶς ὅπως ἕνα δέντρο χωρίς φύλλα καί καρπό, κατάλληλο μόνο γιά τόν πέλεκυ τοῦ ξυλοκόπου. Ἐπίσης, ἡ ἀφοσίωση μόνη της εἶναι χωρίς νόημα, ἐκτός ἄν ἔχει κανείς μιά διανοητική γνώση καί μιά ἐμπειρία τοῦ πράγματος καί ἀγωνίζεται δραστήρια γι' αὐτό. Οἱ πράξεις μόνες τους, εἴτε καλές εἴτε κακές, χωρίς ἀφοσίωση καί γνώση, μᾶς κρατοῦν σέ αἰώνια σκλαβιά, σάν δεσμά ἀπό χρυσό ἤ ἀπό ἀτσάλι ἀνάλογα μέ τήν περίπτωση, γιατί καί τά δύο εἴδη ἔχουν τήν ἴδια δεσμευτική δύναμη καί ἀποτελεσματικότητα. Αὐτός ὁ κόσμος εἶναι ἕνας *Κάρμα Κσέτρα,* ἤ ἕνας

τόπος δράσης, καί όλες οἱ πράξεις πού ἐκτελοῦνται στό ἐπίπεδο τῶν αἰσθήσεων χωρίς διακριτική γνώση καί μέ ἀγάπης ἀφοσίωση, φέρνουν καρπό, τόν ὁποῖο αὐτός πού ἔκανε τίς πράξεις, πρέπει ἀναγκαστικά νά τόν θερήσει, εἴτε τό θέλει εἴτε ὄχι. Μόνο ἡ πράξη πού ἐκτελεῖται χωρίς προσκόλληση καί ἐπιθυμία γιά τόν καρπό της μπορεῖ νά φέρει ἀπελευθέρωση. Πρέπει λοιπόν κανείς νά γίνει *Νέ Κάρμα* σ' αὐτόν τόν *Κάρμα Μπχούμι,* γιά νά διαφύγει ἀπό τόν τροχό τῆς Καρμικῆς σκλαβιᾶς. Ὁ Νόμος τοῦ Κάρμα εἶναι αὐστηρός καί ἀδυσώπητος, καί δέν πρέπει κανείς νά ἐξακολουθεῖ ἀδικαιολόγητα νά κάνει Κάρμα ἀτέλειωτα καί νά παραμένει σέ αἰώνια σκλαβιά.

> *Μόνο αὐτός πού ἐπικοινωνεῖ μέ τόν ἱερό Λόγο εἶναι ἀπελευθερωμένος ἀπό τό δεσμευτικό ἀποτέλεσμα τοῦ Κάρμα.*
>
> **ΓΚΟΥΡΟΥ ΑΜΑΡ ΝΤΑΣ**

Τό γιογκικό σύστημα, λοιπόν, εἶναι στήν οὐσία ἕνα ἀκέραιο σύνολο καί δέν μπορεῖ νά χωριστεῖ σέ ὁποιεσδήποτε τεχνητές ταξινομήσεις. Στήν Μπαγκαβάντ Γκίτα ἤ στό Οὐράνιο Τραγούδι, πού εἶναι ἐξόχως μιά Γιογκική Σούτρα, ὁ πρίγκιπας τῶν γιόγκι, ὁ Θεός Κρίσνα, δίνει μιά σαφή ἔκθεση τῶν διαφόρων τύπων τῆς γιόγκα στόν πρίγκιπα τῶν Κσαστρίγια, Ἀρτζουνά, ἔτσι ὥστε νά τοῦ ξαναθυμήσει τή σπουδαιότητα τῆς *Σουαντχάρμ* ἤ τοῦ Μονοπατιοῦ τοῦ Καθήκοντος, ὅπως καθορίζεται ἀπό διάφορες ἀπόψεις, γιατί ἡ ἐργασία δέν εἶναι τίποτα ἄλλο παρά προσκύνημα, μέ τήν ἀληθινή ἔννοια τῆς λέξης, ἄν τήν πραγματοποιεῖ κανείς μέ αὐτό τό πνεῦμα καί τήν κάνει χωρίς προσκόλληση στόν καρπό της.

V ΤΖΝΑΝΑ ΓΙΟΓΚΑ Ἡ Η ΓΙΟΓΚΑ ΤΗΣ ΓΝΩΣΗΣ (ΟΡΘΗ ΔΙΑΚΡΙΣΗ)

Τό μονοπάτι τῆς Τζνάνα εἶναι γι' αὐτούς πού εἶναι προικισμένοι μέ δυνατό μυαλό ἤ διανοητική ἀντίληψη καί ἔχουν μιά ὀξεία διόραση, καί εἶναι ἱκανοί νά εἰσδύουν μέσα στό πῶς καί γιατί τῶν πραγμάτων, ἔτσι ὥστε νά φτάνουν στόν πυρήνα τῆς πραγματικότητας. Αὐτό σημαίνει ὀρθή διάκριση καί γνώ-

ση, πού εἶναι τό πρῶτο ἀναγκαῖο πράγμα στό ὀχτάπτυχο μονοπάτι τῆς εὐθύτητας ὅπως ἐξαγγέλθηκε ἀπό τό Βούδα. Εἶναι ἀπό τήν ὀρθή κατανόηση τῶν ἀληθινῶν ἀξιῶν τῆς ζωῆς πού ὅλα τά ἄλλα προχωροῦν πρός τήν ὀρθή κατεύθυνση, γιατί χωρίς ὀρθή καί σωστή γνώση τῆς Ἀλήθειας, ὅλες οἱ προσπάθειες, ὅσο καί ἄν γίνονται μέ καλή πρόθεση, θά εἶναι λαθεμένες καί ἀργά ἤ γρήγορα θά μᾶς φέρουν σέ δύσκολη κατάσταση.

Ἡ σπουδαιότητα τῆς ἀληθινῆς γνώσης εἶναι πράγματι αἰσθητή σέ ὅλες τίς ἀπόψεις τῆς γιογκικῆς ζωῆς εἴτε στήν Κάρμα Γιόγκα εἴτε στήν Μπάκτι Γιόγκα. Στήν Κάρμα Γιόγκα, πρέπει κανείς νά γνωρίζει καί νά συνειδητοποιήσει ὅτι ἔχει δικαίωμα στήν πράξη ἤ τήν ἐργασία καί ὄχι στόν καρπό της. Καθώς δέν μπορεῖ κανείς παρά νά ἐργάζεται, ἡ ἐργασία λοιπόν πρέπει νά ἐκτελεῖται μέ τό σωστό πνεῦμα, ὡς καθῆκον, μιά ἀφιαίρωση στόν Κύριο, μέ τό νοῦ προσηλωμένο σ' Ἐκεῖνον. Ἡ ἀπάρνηση τῆς προσκόλλησης στόν καρπό φέρνει ἀταραξία, καί στήν ἠρεμία, τῆς αὐτοπαράδοσης βρίσκεται ἡ ἀληθινή γιόγκα τῆς θέασης, μιά τέλεια εἰρήνη γεννημένη ἀπό τήν ὁλοκληρωτική παράδοση τῆς ζωῆς μας στό Θεό.

Ἐπίσης καί στή Μπάκτι Γιόγκα ἕνας μπάκτα ἤ ἕνας λάτρης πρέπει, ὡς προκαταρκτικό βῆμα, νά καταλάβει τήν ἀληθινή σημασία τῆς μπάκτι ἤ τῆς ἀφοσίωσης στόν Κύριο καί μετά νά ἀναπτύξει μέσα του μιά σωστή προοπτική, πού νά μπορεῖ νά τόν κάνει ἱκανό νά δεῖ τό φῶς τῆς *Ἴστ Ντέβα* του ὄχι μόνο μέσα στά ἀνθρώπινα ὄντα ἀλλά καί μέσα σέ κάθε μορφή τῆς ζωῆς.

Μέ λίγα λόγια, τό μονοπάτι τῆς Τζνάνα Γιόγκα δίνει ἔμφαση στήν ἀληθινή γνώση τῆς πιό βαθιᾶς Πραγματικότητας, ἤ τῆς ἀληθινῆς φύσης τοῦ ἄτμαν. Ἡ «θέαση τοῦ Ἑαυτοῦ», ὁ γνώμονας ἑνός ἀληθινοῦ τζνάνι, προσπαθεῖ, μέ τήν ἄσκηση τῆς σωστῆς διάκρισης, νά χωρίσει τόν φαινομενικά γιγάντιο μικρό ἑαυτό (τόν ἐξωτερικό ἄνθρωπο) ἀπό τόν μικρό μεγάλο Ἑαυτό μέσα μας (τόν ἐσωτερικό ἄνθρωπο), γιατί ὁ ἑαυτός εἶναι ὁ ἐχθρός τοῦ Ἑαυτοῦ, ἀλλά ὁ ἑαυτός μέ τήν κατάλληλη

ἄσκηση γίνεται ὁ φίλος τοῦ Ἑαυτοῦ. Ὁ σκοπός αὐτῆς τῆς γιόγκα εἶναι νά διώξει τό σκοτάδι τῆς ἄγνοιας μέ τή δάδα τῆς γνώσης. Εἶναι ἕνα πάρα πολύ ἀναλυτικό μονοπάτι καί γιά νά ἔχει κανείς ἐπιτυχία σ' αὐτό πρέπει νά ἀκολουθεῖ μέ ἐπιμέλεια τρία πράγματα:

(1) *Σραβάν* ἤ ἀκρόαση: ἀκρόαση τῶν γραφῶν, τῶν φιλοσοφικῶν ὁμιλιῶν, καί πάνω ἀπ' ὅλα, τῶν ζωντανῶν διδασκάλων τῆς πνευματικότητας μέ πρῶτο χέρι ἐμπειρία τῆς Πραγματικότητας, οἱ ὁποῖοι μποροῦν νά μεταδώσουν τό δικό τους παλμό ζωῆς σ' αὐτούς πού ἔρχονται σέ ἐπαφή μέ αὐτούς, γιατί εἶναι στή συντροφιά μιᾶς ἀληθινά ξυπνημένης ψυχῆς πού ξυπνᾶ κανείς ἀπό τό μακροχρόνιο ὕπνο του.

(2) *Μάναν* ἤ σκέψη: Ἀποτελεῖται ἀπό ἔντονη καί γεμάτη σκέψη μελέτη αὐτοῦ πού ἄκουσε κανείς καί πού κατάλαβε ἔτσι ὥστε νά κάνει συγκεκριμένο τό ἀφηρημένο, καί νά κάνει τίς διανοητικές συλλήψεις τό σφυγμό κάθε στιγμῆς τῆς ζωῆς του μέσο μιᾶς προσεχτικῆς ἄσκησης τῆς διάκρισης, πού ξεχωρίζει σέ κάθε βῆμα τό ἀληθινό ἀπό τό ψεύτικο. Αὐτό εἶναι τό νά ἐλευθερώσει κανείς τήν ψυχή ἀπό τό σφιχτό βρόχο τοῦ ἐγωισμοῦ μέ ὅλα τά δυνατά μέσα πού διαθέτει. Εἶναι σάν νά βγάζουμε τό βούτυρο μέσα ἀπό τό γάλα.

(3) *Νιντιασάν* ἤ ἄσκηση: Εἶναι τό νά μεταφέρει κανείς τό κέντρο τῆς βαρύτητας ἀπό τόν ἐφήμερο καί μεταβαλλόμενο ἑαυτό στόν ἀμετάβλητο καί αἰώνιο Ἑαυτό, ἀπό τήν περιφέρεια στό κέντρο τοῦ εἶναι του. Αὐτό βαθμιαῖα φέρνει ἀποκόλληση ἀπό τά ζεύγη τῶν ἀντιθέτων — πλούτη καί φτώχεια, ὑγεία καί ἀρρώστια, φήμη καί δυσφήμηση, εὐχαρίστηση καί πόνο, κ.τ.λ. — ἀπό τά ὁποῖα ὅλοι παρασύρονται στήν κανονική πορεία τῆς ὕπαρξης.

Τό μονοπάτι τῆς Τζνάνα εἶναι ἕνα συντομευτικό δρομάκι πρός τή γιόγκα ἀλλά εἶναι φοβερά ἀπόκρημνο, καί πολύ λίγοι μποροῦν νά τό ἀκολουθήσουν. Ἀπαιτεῖ ἕνα σπάνιο συνδιασμό ἑνός μυαλοῦ κοφτεροῦ σάν ξυράφι καί μιᾶς ἔντονης πνευματικῆς ὑπερεπιθυμίας, πού μόνο πολύ λίγοι κατέχουν ὅπως ὁ Βούδας καί ὁ Σανκάρα.

Τό μονοπάτι, ὅμως, θά γινόταν ὁμαλό ἄν συναντοῦσε κανείς, ἀπό πάρα πολύ καλή τύχη, ἕνα Διδάσκαλο τῆς Ἀλήθειας. Ἕνας Σάντ Σατγκουρού, μπορεῖ μέ τό μακρύ καί δυνατό του χέρι, νά σύρει ἕναν ἀναζητητή ἔξω ἀπό τόν ἀπύθμενο στρόβιλο τῆς ζωῆς τῶν αἰσθήσεων, χωρίς ἐκεῖνος νά ἔχει νά κάνει πάρα πολύ σάντνα.

VI ΜΠΑΚΤΙ ΓΙΟΓΚΑ Ἤ Η ΓΙΟΓΚΑ ΤΗΣ ΑΦΟΣΙΩΣΗΣ ΑΠΟ ΑΓΑΠΗ

Αὐτός πού μέ σταθερή ἀφοσίωση (Μπάκτι Γιόγκα), ὑπηρετεῖ τό Θεό, ἔχει περάσει πέρα ἀπό τίς ἀκτές, καί εἶναι κατάλληλος γιά τή σωτηρία.

ΜΠΑΓΚΑΒΑΝΤ ΓΚΙΤΑ

Εἶναι μιά γιόγκα λατρείας μέ μιά γεμάτη ἀγάπη καί ζωντανή πίστη, ἀπόλυτη καί σταθερή, στήν Ἰστ-ντέβα ἤ τό ἀντικείμενο τῆς εὐλαβοῦς λατρείας. Εἶναι ἕνα πολύ δημοφιλές μονοπάτι, πού ταιριάζει πολύ σ' αὐτούς πού εἶναι προικισμένοι μέ συναισθηματική κλίση τοῦ νοῦ. Ἡ ἀνιδιοτελής ἀφοσίωση εἶναι τό κλειδί τῆς ἐπιτυχίας σ' αὐτό τό μονοπάτι. Ἕνας μπάκτα ἤ ἕνας λάτρης εὐφραίνεται μέ μελωδίες πού προξενοῦν ἔκσταση, καί εἶναι πάντα ἀπασχολημένος στό νά ψέλνει ὕμνους σέ ἔπαινο τοῦ Κυρίου του καί δέν κουράζεται ποτέ ἀπό αὐτούς. Αὐτός τείνει νά διαφέρει ἀπό ἕναν τζνάνι καί στήν ἄποψή του πάνω στή ζωή καί στό πλησίασμά του στό Θεό, γιατί ἀντί νά ψάχνει νά βρεῖ τόν ἀληθινό Ἑαυτό, πού εἶναι ἐπίσης ὁ Μπραχμάν, θέτει μιά δυαδικότητα μεταξύ τοῦ ἑαυτοῦ του καί τοῦ Θεοῦ του, τόν ὁποῖο λατρεύει ὡς ἕνα χωριστό καί ἀνώτερο ὄν. Ἀλλά αὐτή ἡ δυαδικότητα δέν εἶναι ἀναγκαστικά τελική· ὁ μπάκτα γνωρίζει τό μυστικό ὅτι γίνεται κανείς αὐτό πού λατρεύει.

Τό εἶδος λατρείας τῆς μπάκτι κρατᾶ μιά σπουδαία καί ἀκέραιη θέση σέ ὅλες τίς γιογκικές σάντνα. Σέ ἕνα τζνάνι, προμηθεύει ἕνα οὐσιαστικό στήριγμα μέ τή μορφή τῆς ἀφοσίωσης στό σκοπό τῆς αὐτογνωσίας. Στόν Κάρμα γιόγκι, ἐκδηλώνεται μέ τή μορφή ἑνός ἀποτελέσματος καί βρίσκει τήν ἀπάνθι-

σή του σέ πράξεις ἀφοσίωσης ἀπό ἀγάπη γιά τό κοινό καλό ὅλων τῶν πλασμάτων, γιατί αὐτά εἶναι ἡ δημιουργία τοῦ Θεοῦ.

Τό μονοπάτι τῆς μπάκτι χαρακτηρίζεται ἀπό τρία προεξέχοντα χαρακτηριστικά: *τζάπα, πρέμ* καί τή συμβολική ἀντιπροσώπευση τοῦ ἀντικειμένου τοῦ σεβασμοῦ.

(1) *Τζάπα:* Δηλώνει τή συνεχή ἐνθύμηση καί ἐπανάληψη τοῦ ὀνόματος τοῦ Θεοῦ· στήν ἀρχή προφορικῶς, μέ τή γλώσσα, καί μετά διανοητικῶς. Ὅλοι οἱ λάτρες ἀσχολοῦνται σ' αὐτή τήν ἄσκηση ἀδιάφορα τῶν θρησκευτικῶν τους κανόνων. Ἡ ἄσκηση τοῦ νά λέει κανείς τό κομβολόι εἶναι διαδεδομένη παντοῦ στόν κόσμο. Οἱ Ἰνδοί τό ὀνομάζουν *μάλα*, οἱ Χριστιανοί "ροζάριο" καί οἱ Μουσουλμάνοι *τασμπίχ*. Ἄν δέν ἐκτελεῖται μέ ἀφοσίωση καί αὐτοσυγκέντρωση, ἀποτυχαίνει τό σκοπό του, γιατί ὑπάρχει φόβος νά γίνει μηχανικό. Ἔτσι σέ μερικές χῶρες ὁλόκληρη ἡ ἄσκηση ἔχει καταλήξει ἁπλῶς καί μόνο σέ ἕνα γύρισμα ἑνός τροχοῦ πάνω στόν ὁποῖο εἶναι γραμμένες διάφορες προσευχές, κρατώντας ἀπασχολημένο μόνο τό χέρι, ἐνῶ ὁ νοῦς ἀντί νά εἶναι προσηλωμένος στό Θεό ἀφήνεται ἐλεύθερος νά περιπλανιέται σέ ἐγκόσμιες σκέψεις.

(2) *Πρέμ Μπχάβα* ἤ ἡ στάση ἀγάπης παίρνει πολυπληθεῖς μορφές σέ ἕνα μπάκτα. Μερικές φορές αὐτός παίρνει τό ρόλο ἑνός παιδιοῦ, καί προσκολλιέται στό Θεό ὅπως κανείς προσκολλιέται στόν πατέρα ἤ τή μητέρα του, καί ἄλλες φορές ἀντιστρέφει τελείως τή διαδικασία καί παίζει μαζί του ὅπως παίζει κανείς μέ τό παιδί του. Μερικές φορές, υἱοθετεῖ τή στάση ἑνός φίλου καί ἑνός συντρόφου *(σάκχα μπχάβα)*, ἑνός ἐρωτευμένου πού λυώνει γιά τήν ἀγαπημένη του γυναίκα, ἤ ἑνός πότη γιά τόν Σάκι (σημ. μετ. αὐτόν πού κερνᾶ τό κρασί), ὅπως βλέπουμε στά τετράστιχα τοῦ Ὀμάρ Καγιάμ. Ὅλα ἐξαρτιοῦνται ἀπό τήν παραλασσόμενη διάθεση καί τήν προτίμηση τοῦ καθενός. Ὁ Χριστός πάντοτε μιλοῦσε γιά τό Θεό ὡς "Πατέρα" ὁ Παραμχάνσα Ραμακρίσνα Τόν λάτρευε ὡς τή "Μητέρα" ὁ Ἀρτζουνά, ὁ πολεμιστής πρίγκιπας, καί ἡ Μίρα, ἡ πριγκίπισσα τοῦ Ράτζπουτ, Τόν θεωροῦσαν πάντοτε ὡς ἕνα

Σάκχα ἤ ἕνα φίλο καί σύντροφο, ἐνῶ οἱ Γκόπι τραγουδοῦσαν τραγούδια πίκρας καί λύπης ὅπως θά ἔκανε κάθε ἐρωτοκτυπημένη κοπέλλα γιά τόν ἀγαπημένο της.

(3) Μετά ἔρχεται τό διαλεγμένο σύμβολο τοῦ Θεοῦ. Ὁ καθένας ἔχει τή δική του γνώμη γιά τίς ἐνσαρκώσεις καί τίς ἐκδηλώσεις τοῦ Θεοῦ. Καθώς ὁ Ἀνώνυμος παίρνει πολλά ὀνόματα, ἔτσι καί ὁ Ἄμορφος ἐμφανίζεται μέ πολλές μορφές σύμφωνα μέ τήν ἐπιθυμία τῶν ἀφοσιωμένων του. Ἕνας μπορεῖ νά Τόν βρεῖ σέ μιά πέτρα ὅπως ἡ Σάντνα, ἕνας ἄλλος σέ ἕνα εἴδωλο, γιατί Αὐτός ὑπάρχει μέσα σέ ὅλες τίς μορφές καί ἀπαντᾶ στίς προσευχές ὅλων τῶν εἰλικρινῶν Του μπάκτα καί ποτέ δέν τούς ἀπογοητεύει. Μπορεῖ βέβαια κανείς νά ὑπηρετήσει τόν Κύριο ὅταν Αὐτός ἐμφανίζεται ὡς ἕνας Θεάνθρωπος, ἕνας δάσκαλος τῆς ἀνθρωπότητας ὅπως ὁ Βούδας, ὁ Χριστός, ὁ Καμπίρ, ὁ Γκουρού Νανάκ, οἱ ὁποῖοι μέ τήν παρουσία τους φωτίζουν τόν κόσμο.

Ἡ διαδικασία τῆς μπάκτι πλαταίνει βαθμιαῖα τή σκοπιά ἑνός μπάκτα ὡσότου αὐτός βλέπει τό φῶς τοῦ εἰδώλου πού ἔχει διαλέξει νά διαπερνᾶ παντοῦ μέσα καί γύρω του, καί ἀρχίζει νά αἰσθάνεται τόν ἑαυτό του νά διαστέλεται ἀπό ἀγάπη, ὡσότου ἀγκαλιάζει ὁλόκληρη τή δημιουργία τοῦ Θεοῦ. Αὐτό εἶναι τό ἀνώτατο ὅριο στό ὁποῖο τόν φέρνει ἡ ἀγάπη. Ἡ ζωντανή εἰκόνα αὐτῆς τῆς διαδικασίας ἦταν στήν ἐποχή μας ἡ ζωή τοῦ Σρί Ραμακρίσνα. Στήν ἀρχή λάτρευε τή Θεία Μητέρα ὡς τό εἴδωλο μέσα στό ναό τοῦ Ντακσινεσουάρ, μετά ὡς τήν ἀρχή πού ἐκδηλωνόταν μέσα σέ ὅλα τά καλά καί ἱερά πράγματα, καί τελικά, ὡς τό πνεῦμα πού διαπερνοῦσε τά πάντα, καί τά κακά καί τά καλά, θεωρώντας ἀκόμη καί τήν πόρνη ὡς τήν ἐκδήλωσή του. Τά στάδια τῆς προόδου ἑνός ἀληθινοῦ μπάκτα ἀπό τή δυαδικότητα στό μονισμό, ἀπό μιά περιορισμένη ἀτομικότητα στή γενικότητα, ἔχουν παραδοσιακά ὁριστεῖ ὡς ἑξῆς:

(α) *Σαλόκια:* Τό στάδιο ὅπου ὁ λάτρης ἐπιθυμεῖ νά κατοικεῖ στήν ἴδια περιοχή μέ τόν Ἀγαπημένο του.

(β) *Σαμπρίγια:* Τό στάδιο ὅπου ὄχι μόνο ἐπιθυμεῖ νά

κατοικεῖ στήν ἴδια περιοχή ἀλλά ἐπίσης καί σέ στενή ἐγγύτητα μέ τόν 'Αγαπημένο του.

(γ) *Σαρούπ:* Τό στάδιο ὅπου ὁ λάτρης ἐπιθυμεῖ νά ἔχει τήν ἴδια μορφή μέ τόν 'Αγαπημένο.

(δ) *Σαγιούτζα:* Τό τελικό στάδιο ὅπου ὁ λάτρης δέν εἶναι εὐχαριστημένος μέ τίποτα λιγότερο ἀπό τό νά γίνει ἕνα μέ τή θεότητα.

Ὅταν ἕνας μπάκτα φτάσει τό τέλος τοῦ ταξιδιοῦ του, δέ βλέπει πιά καμιά δυαδικότητα, ἀλλά βλέπει τή μιά Θεότητα νά διαπερνᾶ τά πάντα καί παντοῦ. Αὐτός μπορεῖ νά συνεχίσει νά μιλεῖ γι' Αὐτήν μέ τόν τρόπο πού συνήθιζε, ὡς τόν Πατέρα ἤ ὡς τή Μητέρα, ἀλλά δέν γνωρίζει πιά καμιά διαφορά μεταξύ αὐτοῦ τοῦ Ὄντος καί τοῦ ἑαυτοῦ του, καί ἔτσι διαβάζουμε ὅτι ὁ Χριστός λέει: «Ἐγώ καί ὁ Πατέρας μου εἴμαστε Ἕνα».

VII ΚΑΡΜΑ ΓΙΟΓΚΑ Ἤ Η ΓΙΟΓΚΑ ΤΗΣ ΔΡΑΣΗΣ

Τό Κάρμα εἶναι ἡ οὐσία τῆς ὕπαρξης, εἴτε τοῦ ἀνθρώπου εἴτε τοῦ Θεοῦ, τοῦ Κυρίου τοῦ Κάρμα. Τό Κάρμα ὅταν ἐκτελεῖται ὀρθά, μέ ἕνα πνεῦμα ὑπηρεσίας τοῦ Θείου, μπορεῖ νά ὁδηγήσει σέ πνευματική χειραφέτηση.

Τό Κάρμα ἤ οἱ πράξεις εἶναι δυό εἰδῶν: καλές καί κακές. Καλά ἔργα εἶναι αὐτά πού τείνουν νά μᾶς φέρουν πιό κοντά στόν πνευματικό μας στόχο ἐνῶ τά κακά ἔργα εἶναι αὐτά πού μᾶς πᾶνε μακριά ἀπό αὐτόν. Δέν ὑπάρχει καμιά εὐχαρίστηση πιό μεγάλη καί πιό διαρκής ἀπό αὐτή πού ἔρχεται ἀπό τήν ξανα - ἀνακάλυψη τοῦ ἀληθινοῦ Ἑαυτοῦ μας, πού εἶναι πράγματι τό νά βρεῖ κανείς τήν ταυτότητά του μέ τόν γύρω κόσμο.

Ἡ ζωή σέ ὅλες της τίς μορφές χαρακτηρίζεται ἀπό δράση καί ἡ ἀλλαγή εἶναι νόμος τῆς ζωῆς. Κανένας ἄνθρωπος δέν μπορεῖ νά κάνει χωψίς δράση, ἀκόμη καί γιά ἕνα κλάσμα τοῦ δευτερολέπτου. Ὁ Οὐέρτζουερθ ἔχει περιγράψει αὐτή τήν κατάσταση τῆς αἰώνιας δραστηριότητας ὡς ἑξῆς:

Τό μάτι δέν ἔχει ἄλλη ἐκλογή παρά νά βλέπει.
Δέν μποροῦμε νά διατάξουμε τό αὐτί μας νά μήν ἀκούει.
Τά σώματά μας αἰσθάνονται ὁπουδήποτε καί ἄν εἶ-

ναι,
Σύμφωνα ἤ ἐνάντια τῆς θέλησής μας.

Ἔτσι ἔχοντας ἡ κατάσταση, αὐτό πού ἔχει νά κάνει κανείς εἶναι νά μεταρσιώσει τήν πορεία τῶν πράξεών του, ἀπό τήν ἀρχή μέχρι τό τέλος, ἔτσι ὥστε νά καθαρίσουν ἀπό τή σκουριά τῶν χαμηλῶν καί ποταπῶν ἐπιθυμιῶν καί τῶν σαρκικῶν σχέσεων. Ἡ ἀνιδιοτελής ἐξυπηρέτηση τῆς ἀνθρωπότητας εἶναι ἡ ἀνώτατη ἀρετή. «Ἡ Ἐξυπηρέτηση πρίν τόν ἑαυτό» θά ἔπρεπε λοιπόν νά εἶναι ἡ καθοδηγητική ἀρχή στή ζωή μας. Ἐφόσον ὅλη ἡ ζωή πηγάζει ἀπό τό Θεό, τήν πηγή τῆς ζωῆς καί τοῦ φωτός, ἡ ζωή πρέπει νά εἶναι μιά συνεχής ἀφιαίρωση σ' Ἐκεῖνον, χωρίς καμιά ἐπιθυμία γιά τόν καρπό της. *Μπραχμσθίτι* ἤ ἡ ἐγκαθίδρυση στόν Μπραχμάν δέν ἔρχεται μέ τήν ἀπάρνηση τῆς δουλειᾶς *(σεϊβίας)*, ἀλλά μέ τήν ἀποβολή τῆς ἐπιθυμίας γιά τούς καρπούς της *(τιάγκα)*. Δέν εἶναι ἡ δουλειά, ἀλλά ἡ κινητήρια δύναμη πίσω ἀπό τή δουλειά, πού μᾶς δένει καί κολακεύει τό ἐγώ μας.

Τό Κάρμα, γιά νά εἶναι τό μέσο τῆς *μόκσα* ἤ τῆς ἀπελευθέρωσης ἀπό τό νοῦ καί τήν ὕλη, πρέπει νά ἱκανοποιεῖ τρεῖς ὅρους:

(1) Ἀληθινή γνώση τῶν ἀνώτερων ἀξιῶν τῆς ζωῆς: Ἡ ἴδια ἡ ζωή εἶναι μιά συνεχής ἀρχή ἔμφυτη σέ ὅλες τίς μορφές τῆς δημιουργίας καί εἶναι γι' αὐτό ἄξια σεβασμοῦ καί λατρείας. Αὐτή εἶναι ἡ ρεαλιστική ἄποψη τοῦ Κάρμα.

(2) Εἰλικρινῆ καί ἀγάπης αἰσθήματα πρός ὅλα τά ζωντανά πλάσματα ἀπό τά ἐπωνομαζόμενα κατώτατα ὡς τά ἀνώτατα. Αὐτό εἶναι ἡ συναισθηματική ἄποψη τοῦ Κάρμα.

(3) Τό Κάρμα πρέπει νά ἐκτελεῖται μέ μιά δραστήρια θέληση, χωρίς φόβο τιμωρίας ἤ ἐλπίδα ἀνταμοιβῆς. Πρέπει, μέ ἄλλα λόγια, νά εἶναι αὐθόρμητο, ρέοντας αὐτομάτως ἀπό τήν ἴδια τή φύση ἑνός ἀνθρώπου *(σουαντχάρμα)*, δηλ. ἀπό ἕνα αἴσθημα καθήκοντος — νά δουλεύει κανείς χάρη τῆς δουλειᾶς καί ὄχι κάτω ἀπό ὁποιοδήποτε περιορισμό ἤ ἐξαναγκασμό. Ὁ ἄνθρωπος δέν εἶναι ἁπλῶς ἕνα πλάσμα τῶν περιστάσεων, ἀλλά ἔχει μιά θέληση μέ τήν ὁποία μπορεῖ νά ἀλλάξει τό περι-

βάλλον του καί νά κατευθύνει τήν τύχη του. Αὐτή εἶναι ἡ ἄποψη τοῦ ὅρου τῆς "θέλησης" μέσα στό Νόμο τοῦ Κάρμα.

Ἕνας ἄνθρωπος πού ζεῖ τελείως γιά τούς ἄλλους δέν ζεῖ γιά τόν ἑαυτό του, οὔτε θά ἐπέτρεπε τό ἐγώ του νά φουσκώνει ἀπό σκέψεις κατοχῆς. Μέ τό πνεῦμα του τελείως ἀποκολλημένο, ἕνας Κάρμα γιόγκι ζεῖ σέ τέλειο ξεχωρισμό ἀπό τόν κοινό του ἑαυτό.

Αὐτός πού κάνει τό ἔργο
Ὑπαγορευμένο ἀπό τό καθῆκον
Χωρίς καθόλου νά ἐνδιαφέρεται
γιά τόν καρπό τῆς πράξης,
Αὐτός εἶναι ἕνας γιόγκι.

ΜΠΑΓΚΑΒΑΝΤ ΓΚΙΤΑ

Μέ λίγα λόγια, «ἡ ἀνιδιοτελής ἀφοσίωση στό καθῆκον» εἶναι τό κλειδί τῆς ἐπιτυχίας στό μονοπάτι τῆς δράσης. Στήν ἐκτέλεση τοῦ καθήκοντος, πρέπει κανείς νά ὑψωθεῖ πάνω ἀπό τά ἀντικείμενα τῶν αἰσθήσεων, ἀπό τίς αἰσθήσεις, τό νοῦ καί τή νοήμονα θέληση, ἔτσι ὥστε ὁτιδήποτε γίνεται ἀπό τήν πληρότητα τοῦ εἶναι του νά εἶναι μιά αὐθόρμητη πράξη στό φῶς τοῦ ἄτμαν, καί μιά δίκαιη δράση· κάνωντάς τον ἱκανό νά βλέπει δράση μέσα στήν ἀδράνεια καί ἀδράνεια μέσα στή δράση, καί νά εἶναι ἕνα ἀκίνητο σημεῖο μέσα στόν παντοτινά κινούμενο τροχό τῆς ζωῆς, πού εἶναι συγχρόνως σέ δράση καί σέ ἀδράνεια. Μ' αὐτόν τόν τρόπο, καί ἡ «πράξη, πού ἐκτελεῖται ὀρθά» καί «ἡ πράξη πού ἔχει ὀρθά ἀποκυρηχθεῖ» ὁδηγοῦν στόν ἴδιο στόχο, γιατί εἶναι ἡ ὀρθή κατανόηση τῆς φύσης τῆς δράσης πού φέρνει τή γιογκική κατάσταση.

Αὐτοί λοιπόν εἶναι οἱ τρεῖς κύριοι τύποι τῆς γιόγκα σχεδιασμένοι καί διαμορφωμένοι σύμφωνα μέ τήν ἀνθρώπινη φύση. Ὁ καθένας λαβαίνει τό μυστικό κάλεσμα, ἀνάλογα μέ τήν κλίση τῆς ἰδιοσυγκρασίας του. Στόν συλλογιζόμενο φιλόσοφο προικισμένο μέ ἕνα λογικό νοῦ, ἔρχεται ὡς — «Ἄφησε ὅλα τά ἄλλα καί γνώρισε ἐμένα». Ὁ πνευματικός ἀναζητητής πού εἶναι προικισμένος μέ ἕνα συναισθηματικό νοῦ τό παίρνει ὡς — «Ἄφησε ὅλα τά ἄλλα καί χάσε τόν ἑαυτό σου μέσα

στήν ἀγάπη μου»· ἐνῶ ἕνας τελείως πρακτικός καί δραστήριος νοῦς παίρνει τό κάλεσμα ὡς «Ἄφησε ὅλα τά ἄλλα καί ὑπηρέτησε ἐμένα».

Ὅπως ἔχουμε ἤδη πεῖ, αὐτά τά τρία πλησιάσματα συμπίπτουν μερικῶς καί δέν μποροῦν νά εἶναι τελείως χωρισμένα. Κάτι ἀπό τόν μπάκτα καί τόν Κάρμα γιόγκι ὑπάρχει καί στόν ἀληθινό τζνάνι· κάτι ἀπό τόν τζνάνι καί τόν Κάρμα γιόγκι στόν ἀληθινό μπάκτα· καί κάτι ἀπό τόν τζνάνι καί τόν μπάκτα στόν ἀληθινό Κάρμα γιόγκι. Τό θέμα δέν εἶναι ἕνα θέμα ἀποκλειστικότητας ἀλλά τῆς τάσης πού κυριαρχεῖ.

VIII ΑΛΛΑ ΣΥΣΤΗΜΑΤΑ ΓΙΟΓΚΑ ΠΟΥ ΑΝΑΦΕΡΟΝΤΑΙ ΜΕΣΑ ΣΤΗ ΓΚΙΤΑ

Ἐκτός ἀπό τίς πολύ γνωστές καί λαϊκές μορφές, ὁ Θεός Κρίσνα μᾶς δίνει ἐπίσης μερικούς ἀκόμη τύπους, μέ διάφορες ἀποχρώσεις ξεχωρισμοῦ μεταξύ τους.

Γιόγκα τοῦ Διαλογισμοῦ

Εἶναι ἡ γιόγκα μέ τήν προσοχή σέ ἕνα σημεῖο, ὅπως "τό φῶς ἑνός κεριοῦ σέ ἕνα τόπο χωρίς ἀέρα". Εἶναι γιά αὐτόν πού ἔχει αὐτοέλεγχο καί μπορεῖ νά ἀγωνιστεῖ σκληρά. Ἕνας ἄνθρωπος μέ τό νοῦ πάντοτε προσηλωμένο στό ἄτμαν, μέ τή βοήθεια μιᾶς ἔξυπνης θέλησης, ἀποσύρει σιγά σιγά τόν ἑαυτό του ἀπό τίς ταραχές τοῦ νοῦ, καί βρίσκει πώς εἶναι μιά ζωντανή καί αὐτόφωτη ψυχή· καί στό ἑξῆς κινεῖται πρός τήν τελειότητα. Γι' αὐτό πρέπει κανείς νά ἀποβάλλει ὅλες τίς φιλοδοξίες, τίς ἐπιθυμίες, τίς ἐλπίδες καί τίς περιουσίες, καί νά ἀποσυρθεῖ σέ ἕνα μοναχικό τόπο γιά νά ἀσκήσει ἔλεγχο πάνω στό νοῦ καί τό σῶμα.

Γιόγκα τῆς Πνευματικῆς Ἐμπειρίας

Αὐτή τήν ἐμπειρία τήν ἔχει κανείς διαπερνώντας τό τρισδιάστατο αὐγό τῶν γκούνα: *σάτβα, ράτζα* καί *τάμα,* καί ὑπερβαίνοντας τή φυσική καί τή νοητική κατάσταση. Ἔρχεται μέ τήν κατανόηση τῆς ἀληθινῆς φύσης τῶν πραγμάτων,

δηλ.: *βιβέκ* ἤ τή διακριση. Ἡ ἀξία της εἶναι μεγαλύτερη ἀπό αὐτή τῆς ἐκτέλεσης ἱεροτελεστιῶν καί τελετουργιῶν, θυσιῶν καί τελετῶν, τή μελέτη τῶν γραφῶν καί τό ψάλσιμο ψαλμῶν, τήν ἄσκηση στερήσεων, καί τό νά δίνει κανείς ἐλεημοσύνη καί νά κάνει ἄλλες φιλανθρωπικές πράξεις, πού ἀναγκαστικά ὅλα γίνονται καί ἀφοροῦν τό ἐπίπεδο τῶν αἰσθήσεων, καί δέν μποροῦν νά μᾶς πᾶνε πάνω ἀπό αὐτό.

Γιόγκα τοῦ Μυστικισμοῦ

Εἶναι μιά προσφυγή στόν Κύριο μέ ὁλοκληρωτική αὐτοπαράδοση σ' Ἐκεῖνον. Ἔρχεται ἀπό τή γνώση τῆς ἀληθινῆς φύσης τοῦ Θεοῦ καί ἀπό ἀπευθείας δραμα. Μ' αὐτόν τόν τρόπο, ἀπελευθερώνει κανείς τόν ἑαυτό του ἀπό τά καλά καί τά κακά ἀποτελέσματα τῶν πράξεών του, πού τίς ἐκτελεῖ ὅλες ὡς μιά προσφορά στά ἀπό Λωτό Πόδια τοῦ Κυρίου.

Ἡ Μπαγκαβάντ Γκίτα εἶναι ἀληθινά μιά ἐπιτομή τῶν γιογκικῶν συστημάτων πού ἐπικρατοῦσαν τήν ἐποχή πού γράφηκε, καί πράγματι αὐτή ἀναφέρει δεκαοκτώ: *Βικχάντ Γιόγκα* (Κεφ. I), *Σανκχία Γιόγκα* (Κεφ. II), *Κάρμα Γιόγκα* (Κεφ. III), *Τζίαν - Κάρμα - Σανία Γιόγκα* (κεφ. IV), *Κάρμα - Σανία Γιόγκα* (κεφ. V), *Ἄταμ Σαντζάμ Γιόγκα* ἤ *Ντιάν Γιόγκα* (Κεφ. VI), *Τζιάν - Βίτζιαν Γιόγκα* (Κεφ. VII), *Ἀκσάρα - Μπράχμα Γιόγκα* (Κεφ. VIII), *Ράτζα Βίντια Ράτζ Γκούχια Γιόγκα* (Κεφ. IX), *Βιμπχούτι Γιόγκα* (Κεφ. X), *Βίσβα - Ρούπ Ντάρσαν* (κεφ. XI), *Μπάκτι Γιόγκα* (Κεφ. XII), *Κσέτρα Κεχετράγκια Βιμπχάγκ Γιόγκα* (Κεφ. XIII), *Γκούν Τράι Βιμπχάγκ Γιόγκα* (Κεφ. XIV), *Πουρσοττάμ Γιόγκα* (Κεφ. XV), *Ντεβασούρα Σαμπάντ Βιμπχάγκ Γιόγκα* (Κεφ. XVI), *Σράντχα Τράι Βιμπχάγκ Γιόγκα* (Κεφ. XVII), καί *Μοκσάρ Σανία Γιόγκα* (Κεφ. XVIII).

Ἀπό τήν πιό πάνω ἀνάλυση, εἶναι φανερό ὅτι οἱ ξεχωρισμοί πού γίνονται μεταξύ τῶν διαφόρων ἀπόψεων τοῦ γιογκικοῦ συστήματος εἶναι μᾶλλον ἡ ἀπεικόνιση τῆς συνήθειας τοῦ ἀνθρώπινου νοῦ νά βλέπει τό ἴδιο πράγμα μέ διαφόρους τρόπους, παρά ἄν ὑπάρχει καμιά διαφορά μεταξύ τοῦ ἑνός

τύπου καί τοῦ ἄλλου. Αὐτές εἶναι ἁπλῶς καί μόνο διάφορες πλευρές τοῦ ἰδίου θέματος, καί συχνά συμπίπτουν καί εἰσχωροῦν ἡ μιά στήν ἄλλη. Ἄν μελετήσει κανείς τή Γκίτα ἀρκετά προσεχτικά, θά ἀρχίσει νά βλέπει ὅτι ἐνῶ ὁ Θεός Κρίσνα μιλεῖ γιά διάφορες γιόγκα πού ἐναρμονίζονται μέ τά διάφορα ἀνθρώπινα πλησιάσματα τοῦ Θείου, ἡ πρακτική ἐσωτερική πειθαρχία πού τίς συνοδεύει εἶναι ἡ ἴδια. Ὅταν αὐτός μύησε τόν Ἀρτζουνά στή μυστική ἐπιστήμη, ἄνοιξε τό *Ντίβια Τσάκσου* ἤ τό τρίτο του μάτι, καί μόνο μετά ἀπό αὐτό μποροῦσε ὁ πρίγκιπας νά τόν βλέπει στήν Παγκόσμια Μορφή του ἤ *Βίσβα Ρούπα* (Κεφ. XI). Τελικά, ὡς Γκουρού, ὁ μεγάλος βασιλικός γιόγκι τοῦ εἶπε νά ἀφήσει ὅλα τά ἄλλα καί νά παραδώσει τόν ἑαυτό του τελείως σ' ἐκεῖνον· *Σάρβα Ντάρμαν παριτιάτζια μάμ ἐκάμ σαρανάμ βράτζα* (Κεφ. XVIII). Ἐπιπλέον οἱ ὑπαινιγμοί γιά τό ἐσωτερικό μονοπάτι δέ λείπουν ἀπό τή Γκίτα· ἔτσι στό Κεφάλαιο I λέει ὅτι ἀπό τήν ἀρχή ὁ Κύριος ἤχησε τό κογχύλι τῶν πέντε μελωδιῶν. Ἀλλά στήν ἀπουσία ἑνός δασκάλου πού νά κατέχει ὁ ἴδιος πρακτικῶς τήν ἐπιστήμη, τείνουμε νά τή χειριστοῦμε εἴτε στό ἐπίπεδο τῆς διανοητικῆς συζήτησης ἤ σ' αὐτό τοῦ τυπικοῦ ψαλμοῦ, χάνοντας ἔτσι τήν ἐσωτερική της σημασία.

Πρέπει νά σημειωθεῖ ὅτι ἡ ὑπόθεση τῆς δυαδικότητας δέν χαρακτηρίζει μόνο τά πρῶτα στάδια τῆς Μπάκτι Γιόγκα, ἀλλά ἐπίσης καί ὅλων τῶν ἄλλων τύπων τῆς γιόγκα. Αὐτοί ἀρχίζουν ξεχωρίζοντας τήν τζίβα ἀπό τόν Μπραχμάν· ἡ μία ἀτελής, πεπερασμένη καί περιορισμένη καί ὁ ἄλλος Τέλειος, Ἄπειρος καί Ἀπεριόριστος. Ἡ ἴδια ἡ Δημιουργία εἶναι τό προϊόν δύο ἀρχῶν, τῆς θετικῆς καί τῆς ἀρνητικῆς: *Σάτ* καί *Σάτο* στόν καθαρῶς πνευματικό κόσμο, *Πουρούς* καί *Πρακρίτι* στίς ἀνώτερες περιοχές τοῦ Μπραχμάντ, *Μπράχμα* καί *Σάκτι* στά μέσα τοῦ Μπραχμάντ, *Κάλ* καί *Μάγια* ἀκόμη πιό κάτω καί *Τζιότι* καί *Νιράντζαν* στόν πυθμένα τοῦ Μπραχμάντ. Ἡ ἕνωσή τους, σέ ὁποιοδήποτε στάδιο, κάνει νά ἐκδηλωθοῦν οἱ διάφορες μορφές, ἀπό τό μικροσκοπικότατο ἄτομο ὥς τό πιό ἀπέραντο Σύμπαν. Ὁ ἴδιος ὁ ὅρος *Μπραχμάντ* προέρχεται

ἀπό δύο ρίζες: *βιρέχ* πού δηλώνει ἀνάπτυξη ἤ ἐπέκτυση, καί *μάναν* πού ἐννοεῖ γνώση. Ἡ διαδικασία τῆς δημιουργίας εἶναι μιά διαδικασία κατά τήν ὁποία ἡ Μονάδα προβάλλει τόν ἑαυτό της σέ δυαδικές καί πολλαπλές μορφές, καί ὁ δρόμος ἐπιστροφῆς εἶναι μέσο τῆς ἀντίστροφης διαδικασίας ἀπό τή δυαδικότητα καί τήν πολλαπλότητα στή Μονάδα. Ἀλλά ὅσο ἕνας ἄνθρωπος παραμένει μέσα στό σῶμα, δέν μπορεῖ, σύμφωνα μέ τούς γιόγκι, νά εἶναι πάντοτε στήν κατάσταση τοῦ σαμάντι ἤ τῆς ἕνωσης μέ τόν Ἄντι Πουρούς, τό Πρωταρχικό Ὄν. Τό γιογκικό σύστημα λοιπόν πιστεύει στή *Βεντέχ μούκτι*, ἤ τήν τελική ἀπολύτρωση μόνο μετά τό θάνατο. Ἐπίσης, ὁ ἀνώτατος οὐρανός τῶν γιόγκι εἶναι τό Σαχασράρ, ἡ περιοχή τῶν χιλιοπέταλων φώτων καί αὐτός τῶν Γιογκισουάρα εἶναι τό Τρικούτι, τό κέντρο λειτουργίας τοῦ Μπαχμάντ, ἡ πηγή ἤ τό αὐγό τοῦ ἴδιου τοῦ Μπραχμάν. Οἱ πιό πολλοί ἀπό τούς Προφῆτες τοῦ κόσμου κατεβαίνουν ἀπό αὐτή τήν περιοχή, πού εἶναι στά μισά τοῦ δρόμου μεταξύ τοῦ φυσικοῦ ἐπιπέδου καί τῶν καθαρῶς πνευματικῶν βασιλείων, καί καμιά φορά ἀναφέρουν γιά τό ὑπερπέραν μόνο ὡς Πάρ Μπράχμ. Ὅμως, τό μονοπάτι τῶν Ἁγίων καί τῶν Διδασκάλων, πάει πάνω ἀπό αὐτά, γιατί αὐτοί μιλοῦν ὁριστικά γιά τό Σάτ Λόκ, τήν κατοικία τοῦ Ἀληθινοῦ, τό βασίλειο τοῦ ἁγνοῦ πνεύματος, καί γιά περιοχές ἀκόμη πιό πάνω ἀπό αὐτό: Ἀλάκχ, Ἄγκαμ καί Ἀνάμι.

IX Η ΓΙΟΓΚΑ ΣΤΙΣ ΓΡΑΦΕΣ ΤΟΥ ΖΩΡΟΑΣΤΡΗ

Θά εἶναι ἐνδιαφέρον νά ξέρουμε ὅτι ἔχουμε, στίς Γκάθα τοῦ Ζωροάστρη, ἕνα πεντάπτυχο σύστημα τῆς Μακάριας Ἕνωσης μέ τόν Ἀχούρα Μάζντα, πού ἀντιστοιχεῖ μέ τά γιογκικά συστήματα ὅπως Τζνάνα, Μπάκτι, Κάρμα, Ράτζα Γιόγκα κ.τ.λ. πού ἐξετάσαμε. Παραθέτουμε χωρίς περικοπή ἀπό τό βιβλίο *Πρακτική Μεταφυσική τῶν Ζωροαστρινῶν* τοῦ Μινότσεχρ Χορμούστζι Τούτ, ἡγετικοῦ Ζωροαστρινοῦ λογίου:

(1) *Γκάθα Ἀγούρα Βέιτι* — Τό μονοπάτι τῆς Θείας Γνώσης: Κοίταξε ἐσωτερικῶς μέ τόν διαπεραστικό φωτισμένο νοῦ καί ψάξε τήν ἀλήθεια γιά τόν προσωπικό ἑαυτό σου ἔτσι ὥστε νά καταβάλλεις τόν κατώτατο ἑαυτό καί τό χοντρό φυ-

σικό ἐγωισμό, *ἀκίν*, μέ τήν ἀνάπτυξη τοῦ καλύτερου καί ἀνώτερου ἑαυτοῦ, *βάχιο*, καί τελικά νά πραγματοποιήσεις τό καλύτερο, τό Ἀπόλυτο Ὄν *(Βαχίστ Ἀχούρα)*, καί τόν ἀνώτατο ἑαυτό, τόν Ἀχούρα Μάζντα ἤ τήν Τελική Πραγματικότητα τοῦ Σύμπαντος, *Ἄσσα Βαχίστα*.

Ἡ πολικότητα τοῦ "Καλύτερου καί τοῦ Κατώτατου", ἡ ἀρχέγονη πνευματική λεπτότητα καί ἡ χοντρότατη ἀδράνεια, δημιουργοῦνται ἀπό τίς δίδυμες πνευματικές δυνάμεις: αὐτή πού ξεδιπλώνει *(σπέντο)* καί αὐτή πού ἰσιώνει *(ἄνγκοο)*, πού παράγονται ἀπό τόν Μάζντα. Καί ἡ Ζωή καί ἡ Ὕλη πού ἔχουν παραχθεῖ ἀπό τήν ἁρμονική ἕνωση αὐτῶν τῶν δίδυμων πνευματικῶν δυνάμεων, ἀναπτύσσονται πρός τήν τελειότητα μέ τή σχετική τους δραστηριότητα.

Τό πιό πάνω εἶναι τό μεταφυσικό μονοπάτι τῆς πνευματικῆς γνώσης, ὅπως ἔχει δοθεῖ ἀπό τή Γκάθα Ἀχούρα Βέιτι (Βλέπε Τζνάνα Γιόγκα).

(2) *Γκάθα Οὖστα Βέιτι* — τό Μονοπάτι τῆς Ἀγάπης καί τῆς Ἀφοσίωσης.

Τό Μονοπάτι τῆς *Ἀρμέιτι*, τῆς Θείας Ἀγάπης καί Ἀφοσίωσης, πού ἀποκτήθηκε ἀπό ἐπίμονη προσκόλληση στόν Εἰλικρινή Ἀγαπημένο Διδάσκαλο Ρατού Ζαρατούστρα. Θεωρώντας τόν Ἀγαπημένο Διδάσκαλο, συνδεμένο μέ τήν Ἄπειρη Πραγματικότητα πού διαπερνᾶ τά πάντα, ὡς τά πάντα, τό ἄλφα καί τό ὠμέγα, ὁ λάτρης παραμένει ἀποκολλημένος καί ξεμπερδεμένος ἀπό τίς ἐγκόσμιες προσκολλήσεις, καί παρέχει τή θεία ἀγάπη, πού ζητᾶ καί χαίρεται τή Μακάρια Ἕνωση μέ τήν Πραγματικότητα πού διαπερνᾶ τά πάντα σύμφωνα μέ τό Δημιουργό Ἀχούρα Μάζντα.

Λοιπόν ὁ Ρατού Ζαρατούστρα κυρήσσει στήν Γκάθα του:

> *Ἔτσι ἀποκαλύπτω τό Λόγο τόν ὁποῖο μοῦ δίδαξε ὁ πιό Ἀποκαλυμμένος,*
> *Τό Λόγο πού εἶναι τό πιό καλό πράγμα γιά τούς θνητούς νά ἀκούσουν·*
> *Ὁποιοσδήποτε δείξει ὑπακοή καί σταθερή προσοχή σέ Μένα, θά ἀποκτήσει γιά τόν ἑαυτό του τό*

'Ακέραιο Όν πού άγκαλιάζει τά πάντα καί 'Αθανασία.
Καί μέ τήν ύπηρεσία στό Ίερό Θεΐο Πνεΰμα θά πραγματοποιήσει Μάζντα 'Αχούρα.

(Χα. 45 - 8 — Βλέπε Μπάκτι Γιόγκα)

(3) *Γκάθα Σπέντα Μέινγιου* — τό Μονοπάτι τῆς 'Ανιδιοτελοῦς 'Εξυπηρέτησης:

Ή ἀνιδιοτελής ἐξυπηρέτηση προσφέρεται γιά τή συνέχιση, τήν ἀνάπτυξη καί τή φιλανθρωπία ὁλόκληρου τοῦ Σύμπαντος καί γιά ὅλα τά ζωντανά ὄντα πού εἶναι μέσα σ' αὐτό:
Ή Γνώση πού Ένώνει, εἶναι γιά τούς ἀνθρώπους τό πιό καλό πράγμα ἀπό τότε πού γεννήθηκαν.
Άς προσφέρεται ἡ ἀνιδιοτελής ἐξυπηρέτηση γιά τό Σύμπαν
Αὐτό τό Σύμπαν πρέπει νά εὐημερήσει γιά τή μεταρσίωσή μας.

(Χα. 8:5)

Πρέπει νά θυσιάσουμε τόν περιορισμένο ἑαυτό, τό ἐγώ ἤ τήν ἀτομικότητά μας στό βωμό τῆς ἀγαθῆς καί φιλάνθρωπης ἐξυπηρέτησης ὁλόκληρου τοῦ Σύμπαντος, γιά νά ἀποκτήσουμε τό 'Απεριόριστο ὅραμα τῆς Ἑνότητας τῆς Ζωῆς καί τῆς Ἔμφυτης Πραγματικότητας πού διαπερνᾶ τά Πάντα μέ τή λατρεία τοῦ 'Αχούρα Μάζντα, τοῦ Δημιουργοῦ, τήν Πηγή καί τόν Τελικό Στόχο ὅλων.

Ἡ Γκάθα τελειώνει μέ τό συγκινητικό ἀξίωμα τῆς ζωῆς:

Ή πιό Έξυψωτική, Έξευγενιστική Θέληση εἶναι αὐτή τῆς ὀρθῆς ἐξυπηρέτησης.
Πού ὁ Δημιουργός τῆς ἀτομικοποιημένης ἀνθρώπινης ὕπαρξης ἀποκορυφώνει μέ τό Φωτισμένο Ύπερ - Νοῦ.

(Βλέπε Κάρμα Γιόγκα)

(4) *Γκάθα Βάχου - Κσέτρα* ἤ τό Μονοπάτι τῆς Αὐτο - Κυριαρχίας:

'Ελέγχοντας τίς χαμηλές διανοητικές ροπές καί τίς μικροπρεπεῖς τάσεις τοῦ φυσικοῦ ἑαυτοῦ μας, μέ τήν ἀνύψωση τῆς δύναμης τῆς θέλησης, φιλοδοξώντας γιά τό Θεῖο Βασίλειο τῆς ἐπικοινωνίας τοῦ 'Αχούρα Μάζντα πού 'Αγαπᾶ καί Διαπερνᾶ τά Πάντα, ἡ αὐτο - κυριαρχία κατορθώνεται μέ ἤρεμο καί ἀτάραχο νοῦ.

'Η 'Ιερή κυριαρχία τοῦ 'Εαυτοῦ εἶναι ἡ ἐξουσία πού ὑποστηρίζει περισσότερο καί εἶναι ἡ πιό ἀπόλυτη.

Καί βρίσκεται ἐσωτερικῶς μέσο τῆς Πραγματικότητας πού Διαπερνᾶ τά πάντα, μέ τήν αὐτοεξέταση καί τή γεμάτη λατρεία ὑπηρεσία.

'Ω Μάζντα! 'Ας κατορθώσουμε αὐτό τό ἄριστο, τώρα.

(Χα. 51:1 — βλέπε Ράτζα Γιόγκα)

(5) Μετά ἔχουμε τή Γκάθα τοῦ *Βαχίστο 'Ιστίς*, πού πραγματεύεται μέ τό Μονοπάτι τῆς αὐτοανύψωσης. 'Αποτελεῖται ἀπό σωματική, διανοητική καί πνευματική ἀγωγή μέ τήν καλλιέργεια ἀνώτερων καί εὐγενέστερων ἰδιότητων τοῦ κεφαλιοῦ καί τῆς καρδιᾶς, προσπαθώντας νά πραγματοποιήσει κανείς τόν ἀληθινό του ἑαυτό σέ σχέση μέ τόν 'Ανώτατο 'Εαυτό τοῦ 'Αχούρα Μάζντα, καί ἀφιερώνοντας τόν περιορισμένο ἑαυτό καί τό σχετικό ὄν στόν 'Αχούρα Μάζντα.

'Η ζωή πάνω στή γῆ εἶναι μιά μεγάλη θυσία, *Γιάτζνα* (γιάγκνα) — ἡ θεληματική θυσία τοῦ ἑαυτοῦ γιά τήν εὐημερία τῶν συνανθρώπων του.

Εἶναι στήν αὐτοανύψωση πού τελικά καταλήγουν ὅλες οἱ ἀνθρώπινες προσπάθειες, καί πράγματι, εἶναι ὁ σκοπός στόν ὁποῖο ὁδηγοῦν ὅλα τά μονοπάτια ὅπως περιγράψαμε πιό πάνω. Χωρίς ἀληθινή γνώση τῶν δίδυμων πνευματικῶν δυνάμεων, τῆς καλύτερης καί τῆς κατώτατης, τῆς μέ ἀγάπη ἀφοσίωσης τοῦ ὑποψήφιου στό μεγάλο σκοπό, καί ἀνιδιοτελή ἐξυπηρέτηση, δέν μπορεῖ κανείς νά κυριαρχήσει τό αὐτεπιβαλόμενο ἐγώ μέσα του ἔτσι ὥστε νά ὑψωθεῖ πάνω ἀπό τή σωματική συνειδητότητα, καί ἔτσι νά προετοιμάσει τόν ἑαυτό του γιά τό πνευματικό μονοπάτι πού βρίσκεται μπροστά του.

Στή Ζωροαστρική φιλοσοφία, οἱ δίδυμες ἀρχές, ἤ ἡ "Κα-

λύτερη καί ἡ Κατώτατη πνευματική δύναμη", εἶναι ὁ βασικός νόμος τῆς σχετικῆς ὕπαρξης πού ἐκδηλώνεται μέσα στό Σύμπαν. Αὐτή ἡ πολικότητα εἶναι οὐσιαστική γιά τήν ἐξέλιξη τῆς ζωῆς, ἀπό τά χοντρότερα κατώτατα στά καλύτερα καί ὑψηλότερα στάδια τῆς πνευματικότητας, κατευθεῖαν ἐπάνω, γιά τήν πραγματοποίηση τῆς ἀπεριόριστης καλοσύνης καί ὑπέρτατης ἀγαθότητας τοῦ Ἀπόλυτου Ὄντος πέρα ἀπό αὐτά. Χωρίς αὐτή τήν πολικότητα τοῦ Καλύτερου καί τοῦ Κατώτατου, τό κάλλιστο τοῦ Ἀπόλυτου Ὑπερπέραν δέν μπορεῖ ποτέ νά πραγματοποιειθεῖ καί τό Ἀπρόσωπο Ὑπέρτατο Ὄν δέν μπορεῖ νά νοηθεῖ:

Πράγματι μέσα στοῦ καθενός τόν ἑαυτό ὡς τό καλύτερο ἀπ' ὅλα,
Ὁ Αὐτόφωτος ἄνθρωπος θά μεταδώσει Αὐτοφώτιση,
Ἔτσι ὥστε, Ὦ Πάνσοφε Μάζντα, θά ἀποκαλύψεις τόν Ἑαυτό Σου,
Μέσο τοῦ πιό Πανάγαθου Σοῦ πνεύματος, καί θά χαρίσεις
Τή Μακάρια Σοφία τοῦ Θείου Νοῦ,
Μέσο τῆς Πραγματικότητας πού διαπερνᾶ τά Πάντα.

ΓΚΑΘΑ ΟΥΣΤΑΒΕΪΤΙ

Στό Βενιντάντ, ὁ Ὑπέρτατος Ἀχούρα Μάζντα μᾶς διαβεβαιώνει ὡς ἑξῆς:

Πράγματι δέ θά ἐπιτρέψω τίς Δίδυμες ἀντίθετες πνευματικές μορφές νά σταθοῦν σέ ἐνάντιο ἀγώνα στόν ὑπεράνθρωπο πού προχωρεῖ πρός τό Καλύτερο Ἀπόλυτο Ὄν.
Τά ἄστρα, τό φεγγάρι, ὁ ἥλιος, Ὦ Ζαρατούστρα, ὑμνοῦν ἕναν τέτοιο ἄνθρωπο·
Καί ἐγώ τόν ἐπαινῶ, Ἐγώ ὁ Δημιουργός Ἀχούρα Μάζντα,
Χαιρετισμός Μακαριότητας σέ σένα,
Ὦ Ὑπεράνθρωπε! Σύ πού ἦρθες ἀπό τό φθαρτό

τόπο στόν Ἄφθαρτο.

ΒΕΝΙΝΤΑΝΤ

Χ. Η ΓΙΟΓΚΑ ΚΑΙ ΟΙ ΕΞΩΤΕΡΙΚΕΣ ΕΠΙΣΤΗΜΕΣ

Ἔχοντας συζητήσει μέ μερικές λεπτομέρειες τίς διάφορες μεθόδους τίς γιόγκα μποροῦμε, ὡς συμπέρασμα νά θυμηθοῦμε τόν ἀληθινό κώδωνα πού κτύπησε ὁ Σανκάρα:

> Τό τρίπτυχο μονοπάτι· τό μονοπάτι τοῦ κόσμου, τό μονοπάτι τῶν ἐπιθυμιῶν, καί τό μονοπάτι τῶν γραφῶν, μακριά ἀπό τοῦ νά δώσουν τή γνώση τῆς Πραγματικότητας, κρατοῦν τόν ἄνθρωπο συνεχῶς δεμένο μέσα στή φυλακή τοῦ Σύμπαντος. Ἡ ἀπαλλαγή ἔρχεται μόνο ὅταν ἐλευθερώσει κανείς τόν ἑαυτό του ἀπό αὐτή τή σιδερένια ἁλυσίδα.
>
> Ἡ ἀπελευθέρωση δέν μπορεῖ νά κατορθωθεῖ παρά μόνο μέ τό νά δεῖ κανείς τήν ταυτότητα τοῦ ἀτομικοῦ πνεύματος μέ τό Παγκόσμιο πνεῦμα. Δέν μπορεῖ νά κατορθωθεῖ οὔτε μέ τή γιόγκα, οὔτε μέ τή Σανκχύα, οὔτε μέ τήν ἄσκηση θρησκευτικῶν τελετῶν, οὔτε ἁπλῶς μέ τή μάθηση.

ΣΑΝΚΑΡΑΤΣΑΡΙΑ

Γιά νά ἐκσυγχρονίσουμε τό μύνημα τοῦ Σανκάρα ὅτι ἡ Ἀληθινή Γνώση εἶναι θέμα ἀπευθείας ἀντίληψης καί ὄχι ἁπλῆς τελετουργίας, τελετῆς ἤ συμπεράσματος, μποροῦμε νά προσθέσουμε ὅτι δέν μπορεῖ νά ἔρθει οὔτε μέσο τῶν ἐξωτερικῶν ἐπιστημῶν. Οἱ ἀνακαλύψεις τῶν συγχρόνων φυσικῶν ἐπιστημῶν ἦταν πράγματι θεαματικές, καί ἔχουν ἐπιβεβαιώσει πολλές ἀπό τίς γνῶμες γιά τή φύση τοῦ κόσμου καί τῆς ὕπαρξης ὅπως ἐκφράστηκε ἀπό τά συστήματα τῆς γιόγκα. Ἔχουν ἐγκαθιδρύσει, πάνω ἀπό κάθε ἀμφιβολία, ὅτι τά πάντα μέσα στό σύμπαν εἶναι σχετικά καί ὅτι ὅλες οἱ μορφές ἔχουν βασικά ἔρθει σέ ὕπαρξη μέ τήν ἀλληλοεπίδραση τῆς θετικῆς καί τῆς ἀρνητικῆς ἐνέργειας. Αὐτές οἱ ἀνακαλύψεις ἔκαναν μερικούς νά συμπεραίνουν ὅτι οἱ φυσικές ἐπιστῆμες καί μποροῦν καί θά μᾶς ὁδηγήσουν στήν ἴδια γνώση πού οἱ γιόγκι

στό παρελθόν ἔψαχναν νά βροῦν μέσο τῆς γιόγκα· ὅτι ἡ ἐπιστήμη θά ἀντικαταστήσει τή γιόγκα καί θά τήν ἀποδείξει ἄσχετη.

Ἕνας τυφλός ἄνθρωπος ἄν καί μπορεῖ νά μήν εἶναι ἱκανός νά δεῖ τόν ἥλιο, ὅμως μπορεῖ νά αἰσθανθεῖ τή θερμότητα καί τή ζεστασιά του. Ἡ ἐνημερότητά του γιά κάποιο φαινόμενο πού δέν μπορεῖ νά δεῖ ἀπευθείας μπορεῖ νά τόν ὁδηγήσουν στό νά σχεδιάσει καί νά ἐκτελέσει μιά σειρά πειραμάτων μέ σκοπό νά γνωρίσει τή φύση του. Αὐτά τά πειράματα μπορεῖ νά τοῦ ἀποφέρουν πλῆθος πολύτιμων πληροφοριῶν. Μπορεῖ νά εἶναι ἱκανός νά σχεδιαγραφίσει ἴσως μέ πιό ἀκρίβεια ἀπό τόν κανονικό ἄνθρωπο, τήν πορεία τοῦ ἥλιου, τίς ἐποχιακές ἀλλαγές του καί τήν ποικίλη ἔνταση τῆς ἀκτινοβολίας του. Ἀλλά μπορεῖ ὅλη αὐτή ἡ γνώση πού μάζεψε νά ἀντικαταστήσει τήν εὐκαιρία τοῦ νά δεῖ μιά μόνο στιγμή τόν ἥλιο ἀπευθείας ὁ ἴδιος;

Ὅπως μέ τόν τυφλό καί τόν ἄνθρωπο μέ τήν κανονική ὅραση ἔτσι εἶναι ἐπίσης καί μέ τόν ἐπιστήμονα καί τό γιόγκι . Οἱ φυσικές ἐπιστῆμες μπορεῖ νά μᾶς δίνουν ἕνα πλῆθος πολύτιμης, ἔμμεσης γνώσης γιά τό Σύμπαν καί τή φύση του, ἀλλά αὐτή ἡ γνώση δέν μπορεῖ ποτέ νά πάρει τή θέση τῆς ἀπευθείας θέασης, γιατί ἀκριβῶς ὅπως τοῦ τυφλοῦ ἀνθρώπου ἡ συμπερασματική γνώση δέν μπορεῖ νά συλλάβει τήν κυριότερη ἰδιότητα τοῦ ἥλιου πού εἶναι τό φῶς, ἔτσι ἐπίσης καί ὁ ἐπιστήμονας μέσα στό χημεῖο του δέν μπορεῖ νά συλλάβει τήν κυριότερη ἰδιότητα τῆς κοσμικῆς ἐνέργειας, πού εἶναι ἡ Συνειδητότητα. Μπορεῖ νά μάθει πολλά γιά τό σύμπαν, ἀλλά ἡ γνώση του δέν μπορεῖ ποτέ νά τοῦ προσθέσει παγκόσμια σύνειδητότητα. Αὐτή ἡ συνειδητότητα μπορεῖ νά ἀποκτηθεῖ μόνο μέσο τῆς ἐσωτερικῆς ἐπιστήμης, τῆς ἐπιστήμης τῆς γιόγκα, ἡ ὁποία ἀνοίγοντας τό ἐσωτερικό μας μάτι, μᾶς φέρνει πρόσωπο μέ πρόσωπο μέ τήν Κοσμική Πραγματικότητα. Αὐτός πού τό ἐσωτερικό του μάτι ἔχει ἀνοιχτεῖ, δέν ἔχει ἀνάγκη νά βασίζεται στήν πνευματική παράδοση, τούς ἰσχυρισμούς τοῦ δασκάλου του, ἤ ἁπλῶς στά φιλοσοφικά ἤ στά ἐπι-

στημονικά συμπεράσματα. Αὐτός βλέπει ὁ ἴδιος τό Θεό καί αὐτό ξεπερνᾶ κάθε ἀπόδειξη. Μπορεῖ νά πεῖ μαζί μέ τό Χριστό: «Ἰδού ὁ Κύριος!» ἤ μέ τόν Γκουρού Νανάκ: «Ὁ Κύριος τοῦ Νανάκ εἶναι ὁρατός παντοῦ». ἤ μέ τό Σρί Ραμακρίσνα: «Τόν βλέπω ἀκριβῶς ὅπως βλέπω ἐσένα — μόνο πολύ πιό ἔντονα» (ὅπως εἶπε στό Νάρεν — ἔτσι ἦταν τότε γνωστός ὁ Βιβεκανάντα — κατά τήν πρώτη του ἐπίσκεψη, ὡς ἀπάντηση στήν ἐρώτησή του: «Διδάσκαλε, εἶδες τό Θεό»;)

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΤΕΤΑΡΤΟ

Ἀντβαϊτισμός

Η ΓΙΟΓΚΑ εἶναι ἐκτός χρόνου ὅπως καί ὁ Ἴδιος ὁ Μπραχμάν. Καθώς μέ κάθε νέο κύκλο ὁ ἄνθρωπος γίνεται ἐνήμερος Αὐτοῦ πού διαπερνᾶ Τά Πάντα, προσπαθεῖ νά ἀνακαλύψει τά μέσα γιά νά Τό πραγματοποιήσει. Λένε, πώς ὁ Χιράνιαγκάρμπα ἦταν πού δίδαξε πρῶτος τή γιόγκα ἤ τό Θεῖο Δρόμο, ἀλλά ὅτι αὐτή ἀναπτύχθηκε σέ ἕνα κανονικό σύστημα ἀπό τούς διαδόχους του, τόν Γκωταπάντα καί τόν Πατάντζαλι. Ὅπως εἴδαμε ἤδη στό προηγούμενο κεφάλαιο ὅλη ἡ ἀληθινή γιόγκα ἀρχίζει μέ μιά δυαδική ὑπόθεση ἀλλά τελειώνει σέ μιά ὄχι δυαδική. Δέν πρέπει λοιπόν, νά μᾶς ἐκπλήττει τό ὅτι πολλοί σπουδαστές τῆς ἐσωτερικῆς ἐπιστήμης θά πρέπει νά εἶχαν μπερδευτεῖ ἀπό αὐτό τό παράδοξο. Καθώς περνοῦσε ὁ καιρός ἡ σύγχυση ὁδήγησε σέ λογομαχία, καί πολλές φορές μιά μισή ἀλήθεια παιρνόταν λαθεμένα γιά ὁλόκληρη τήν ἀλήθεια. Αὐτή ἦταν ἡ κατάσταση τήν ἐποχή πού ὁ Σανκάρα, τό φαινόμενο ἀπό τή Νότια Ἰνδία, σηκώθηκε νά κυρήξει τήν ἀληθινή φιλοσοφία τοῦ Ἀντβαϊτισμοῦ.

Ἦταν προικισμένος μέ καταπληκτικές δυνάμεις συλλογισμοῦ, λογικῆς καί διόρασης καί λίγοι ἔχουν φτάσει στό βάθος, στή λεπτότητα καί στή συνοχή τῆς ἀντίληψης πού βρίσκει κανείς μέσα στά γραπτά τοῦ Σανκάρα. Παίρνοντας κατά σειρά ὅλες τίς γραφές ἀπό τό πανάρχαιο παρελθόν μέχρι σή-

μερα, μετάδωσε μέ σαφήνεια τό μήνυμά τους καί έγκαθίδρυσε τήν ταυτότητα τῆς οὐσίας τους. Ἔδειξε πώς ἡ Πραγματικότητα ἦταν Μία καί στήν τελική της ἀνάλυση δένμποροῦσε νά ἀνεχτεῖ καμιά πολλαπλότητα ἤ δυαδικότητα. Μιά ἀτομική τζίβα μπορεῖ νά ἀρχίσει ὡς ξεχωριστή ἀπό τόν Μπραχμάν ἀλλά ὅταν φτάσει νά ἀποχτήσει πλήρη πραγματοποίηση, θά συνειδητοποιήσει τήν ἑνότητά της μέ τό Ἀπόλυτο, πού διαπερνᾶ τά Πάντα. Ὁπλισμένος μέ διορατική διανοητική δύναμη, ξεκαθάρισε τήν Ἰνδική σκέψη ἀπό ὅλες τίς φαινομενικές ἀντιφάσεις πού ἐμπόδιζαν τήν ἐλεύθερη ἀνάπτυξή της.

Μποροῦμε τώρα νά ἐξετάσουμε μερικές ἀπό τίς βασικές ἰδέες πού δίδαξε.

Ὁ Ἑαυτός — ἡ βάση τῆς ἐνσυνείδητης ζωῆς

Ὁ Σανκάρα θεωροῦσε ὅτι ἡ ἐμπειρική ζωή τῆς ἀτομικῆς συνειδητότητας δέν εἶναι τίποτα ἄλλο παρά ἕνα ὄνειρο ἐνῶ εἶναι κανείς ξύπνιος, καί ὅπως κάθε ἄλλο ὄνειρο, μιά μή πραγματική ὑπόσταση. Ἡ μή πραγματικότητά της ἔρχεται στό φῶς ὅταν ταξιδεύει κανείς ἀπό τήν περιορισμένη στήν κοσμική συνειδητότητα, ἤ θεᾶται τή σχετική φύση τῆς φυσικῆς συνειδητότητας καθώς μεταβάλλεται ἀπό τόν ξύπνο (*τζαγκράτ*) σέ ὄνειρο *(σουαπάν)* καί ἀπό τό ὄνειρο σέ βαθύ χωρίς ὄνειρα ὕπνο *(σουσούπτι)*. Ἐφόσον ἡ ἐμπειρική ζωή εἶναι σχετικοῦ χαρακτήρα, ποῦ ὑπάρχει ἡ πραγματικότητά της; Ἡ ἀπάντηση πού δίνει ὁ Σανκάρα εἶναι ὅτι πρέπει νά ψάξει κανείς νά τή βρεῖ στόν Σκεπτόμενο Νοῦ, πού μέ τή σειρά του ἀντανακλᾶ μόνο τό φῶς τοῦ Ἄτμαν, τοῦ Αἰώνιου Ἑαυτοῦ, τοῦ ἀναλλοίωτου, τοῦ ἀπόλυτου, τοῦ πραγματικοῦ αὐτόπτη μάρτυρα *(σάκσι)*.

Ἡ ἀρχή τῆς αἰτιατότητας εἶναι ἁπλῶς καί μόνο μιά κατάσταση γνώσης. Τά ἀντικείμενα φαίνονται ὅτι εἶναι πραγματικά ὅσο ἐργαζόμαστε μέσα στά ὅρια τῆς αἰτίας καί τοῦ ἀποτελέσματος. Τή στιγμή πού ὑψωνόμαστε πάνω ἀπό αὐτούς τούς περιορισμούς, ὅλα τά ἀντικείμενα ἐξαφανίζονται σάν σαπουνόφουσκες. Στήν ἀληθινή φύση τῆς πραγματικότητας, δέν

ὑπάρχει θέση γιά αἰτιατότητα, γιατί οἱ ἐξηγήσεις τῆς αἰτίας εἶναι πάντοτε ἀτελεῖς καί τελικά δέν ὁδηγοῦν πουθενά. Τά ἀντικείμενα ἐμφανίζονται γιά μιά στιγμή σάν φοῦσκες ἤ σάν κυματάκια πάνω στήν ἐπιφάνεια τοῦ νεροῦ καί ἐξαφανίζονται τήν ἑπόμενη στιγμή στό νερό καί δέν ὑπάρχουν πιά. Μόνο τό νερό παραμένει τό μόνο ὑπόβαθρο ὅλου τοῦ φαινόμενου. Ἀκριβῶς μέ τόν ἴδιο τρόπο, τό Πραγματικό περιέχει καί ὑπερβαίνει τό φαινομενικό, καί εἶναι ἐλεύθερο ἀπό ὅλες τίς σχέσεις τοῦ χρόνου, τοῦ διαστήματος καί τῆς αἰτίας. Ὁλόκληρος ὁ κόσμος ζεῖ μέσα στό νοῦ τοῦ ἀνθρώπου, καί εἶναι ἡ κίνηση τοῦ συνειδητοῦ νοῦ πού παράγει τούς ξεχωρισμούς τῆς ἀντίληψης, τοῦ ἀντιλαβαινόμενου καί τοῦ ἀντιληπτοῦ, μιά διαφορετικότητα ἐκεῖ ὅπου πράγματι δέν ὑπάρχει καμιά, καθώς κάθε πράγμα εἶναι ἕνα μέρος τοῦ ἀπέραντου ὠκεανοῦ τῆς ἑνότητας. Αὐτή ἡ κατάσταση δέν ἀναγνωρίζει τόν ξεχωρισμό αὐτοῦ πού γνωρίζει, τοῦ γνωριζόμενου καί τῆς γνώσης, τά ὁποῖα ὅλα δέν εἶναι παρά σχετικοί ὅροι χωρίς ὅρια γύρω τους. Ὅμοια, οἱ τρεῖς καταστάσεις τῆς ἀνθρώπινης ἐμπειρίας (ξύπνος, ὄνειρο καί βαθύς χωρίς ὄνειρα ὕπνος) δέν εἶναι πραγματικές, γιατί καμιά ἀπό αὐτές δέν κρατᾶ πολύ, καί δίνει τή θέση της στήν ἄλλη κατά σειρά, καθώς ὁ νοῦς περνᾶ ἀπό κατάσταση σέ κατάσταση. Καθεμιά ἀπό αὐτές ἔχει μιά ἀρχή καί ἕνα τέλος καί ὑπάρχει μόνον ὅταν ἀπουσιάζουν οἱ ἄλλες. Ὁ ἴδιος ὅρος «σχετικότητα» δηλώνει τόν ἀντίθετό του, τήν «Πραγματικότητα», καί πέρα ἀπό τίς τρεῖς καταστάσεις πού προσδιορίσαμε πιό πάνω βρίσκεται τό ἄτμαν, ὡς ἡ βάση ὅλων αὐτῶν. Μόνο αὐτό εἶναι καί συνεχῶς παραμένει, πίσω ἀπό τό παντοτινά παραλλασσόμενο πανόραμα τῆς ζωῆς, παντοτινά ἀγέννητο, ἀιωνίως ξύπνιο, χωρίς ὄνειρα καί αὐτόφωτο ἀπό τήν ἴδια του τή φύση, μιά καθαρή ἀντίληψη ξεχωριστή ἀπό τή χωρίς ἀντίληψη κατάσταση τοῦ ὕπνου.

Ἡ φύση τῆς δημιουργίας

Ἡ δημιουργία ὅπως τήν ἐννοοῦμε δέν ὑπάρχει στήν πραγματικότητα. Τό ἀληθινό καί τό πραγματικό εἶναι πάντοτε τό ἴ-

διο καί δέν ὑπόκειται σέ ἀλλαγή. Τό ἀπόλυτο δέν μπορεῖ νά μπεῖ κάτω ἀπό ὅρους ὅπως τό ἄπειρο δέν μπορεῖ νά περιοριστεῖ. Ὅλα ὅσα ὑπάρχουν, εἶναι Μπραχμάν, καί δέν μπορεῖ νά ὑπάρξει τίποτα ξεχωριστά ἀπό τήν Ἀπόλυτη Ἑνότητα. Αὐτός προβάλλει τόν Ἑαυτό Του σέ ποικίλες μορφές, πού εἶναι μιά ἔκφραση τῆς δύναμής Του· ἀλλά ἄν τίς ἀντιλαμβανόμαστε μέ τούς ὅρους τῆς πολλαπλότητας ἤ τῆς δυαδικότητας καί τοῦ περιορισμοῦ, δέν θά πεῖ πώς αὐτές οἱ ἰδιότητες ὑπάρχουν μέσα στό Ἀπόλυτο, ἀλλά ὅτι ἡ δική μας ἀντίληψη εἶναι περιορισμένη ἀπό τή στενή, καθημερινή ἀνθρώπινη συνειδητότητα. Αὐτός πού ἔχει περάσει ἀπό τήν *ἀβίντια* στή *βίντια* ἀπό τήν ἄγνοια στή γνώση, ξέρει πώς ὁ κόσμος τῆς σχετικότητας δέν εἶναι παρά μόνο *μάγια* ἤ ἀπάτη, καί βλέπει τό Ἀπόλυτο μέσα σέ κάθε πράγμα, ἀκριβῶς ὅπως αὐτός πού ξέρει τήν ἀληθινή φύση τοῦ πάγου τόν βλέπει μόνο ὡς μιά ἄλλη μορφή τοῦ νεροῦ. Ἡ δύναμη τοῦ Ἀπόλυτου, γνωστή στό λαό ὡς Ἰσουάρ καί ὀνομαζόμενη ὁ Δημιουργός, εἶναι ἡ ριζική αἰτία ὅλης τῆς συνειδητότητας. Ὁ κόσμος τῆς πολλαπλότητας ἤ δυαδικότητας εἶναι ἁπλῶς *μάγια* (ἕνα ἐργαλεῖο γιά νά μετρᾶ τά πράγματα στό ἐπίπεδο τῆς διάνοιας), ἐνῶ ὁ Πραγματικός δέν εἶναι δυαδικός καί γι' αὐτό εἶναι συγχρόνως χωρίς μέτρο καί ἀμέτρητος. Γιά νά μεταχειριστοῦμε τή γνωστή παρομοίωση — «Ἡ ποικιλία ὑπάρχει στό Ἄτμαν, ὅσο ἕνα φίδι στό σχοινί ἤ ἕνα φάντασμα στό κορμό ἑνός δέντρου». Καθώς μιά ἐμπειρία τῶν αἰσθήσεων δέν εἶναι οὔτε ἀπαράλλακτη μέ τό ἄτμαν, οὔτε ὑπάρχει χωρίς αὐτό, οὔτε ἀνεξάρτητα ἀπό αὐτό, ἔτσι καί ὁ κόσμος δέν εἶναι οὔτε ἕνα μέ τό ἄτμαν οὔτε εἶναι ξεχωριστός ἀπό αὐτό.

Τό ἄτμαν εἶναι ἕνα καί παγκόσμιο, ἀπεριόριστο καί ἄπειρο ὅπως τό διάστημα, ἀλλά ὅταν περιορίζεται ἀπό τό νοῦ καί τήν ὕλη, μοιάζει ὅπως τό *Γκχάτ Ἄκας* ἤ τό διάστημα πού εἶναι κλεισμένο μέσα σέ μιά στάμνα, ὅμως γίνεται ἕνα μέ τό παγκόσμιο διάστημα ὅταν ἡ στάμνα σπάσει. Ὅλες οἱ διαφορές λοιπόν δέν εἶναι παρά στό ὄνομα, στήν χωριτικότητα ἤ στήν ἱκανότητα καί στή μορφή. Ἡ τζίβα καί τό ἄτμαν εἶναι ἕνα καί

τῆς ἴδιας οὐσίας. Ὁ Καμπίρ, μιλώντας γι' αὐτό, λέει ὅτι τό πνεῦμα εἶναι οὐσιαστικό μέρος τοῦ Ράμ ἤ τῆς Δύναμης τοῦ Θεοῦ πού διαπερνᾶ τά Πάντα. Καί οἱ Μουσουλμάνοι ἅγιοι τό περιγράφουν ἐπίσης *(τό ρόοχ)* ὥς *Ἄμαρ - ι - Ράμπι,* ἤ τό Θέλημα ἤ Διάταγμα τοῦ Θεοῦ. Ἐνῶ ἡ τζίβα εἶναι κάτω ἀπό ὅρους καί περιορισμένη ἀπό τά συνακόλουθά της πού τήν περιορίζουν, τό φυσικό, τό νοητικό καί τό αἰτιατό, τό ἄτμαν ἤ ἡ ἀποσωματωμένη τζίβα, ἀπελευθερωμένη ἀπό αὐτά τά συνακόλουθα πού τήν περιορίζουν, εἶναι χωρίς ὅρους καί ἄπειρη.

Ὁ Ἑαυτός ἤ τό Ἄτμαν

Ἡ βάση τῆς ἀλήθειας βρίσκεται μέσα στήν βεβαιότητα τοῦ Ἑαυτοῦ. Ὁ Ἑαυτός προηγεῖται ἀπό ὅλα τά ἄλλα πράγματα πού ὑπάρχουν μέσα στόν κόσμο. Ἔρχεται πρίν ἀκόμη καί ἀπό τό ρεῦμα τῆς συνειδητότητας καί ὅλων τῶν ἀντιλήψεων τῆς ἀλήθειας καί τοῦ ψεύδους, τῆς πραγματικότητας καί τῆς πλάνης, καί πρίν ἀπό ὅλους τούς συλλογισμούς, τούς φυσικούς, τούς ἠθικούς καί τούς μεταφυσικούς. Ἡ συνειδητότητα, ἡ γνώση, ἡ σοφία καί ἡ κατανόηση προϋποθέτουν κάποιο εἶδος ἐνέργειας γνωστῆς ὡς «Ἑαυτός» στόν ὁποῖο ὅλα αὐτά χρησιμεύουν ὡς μέσα· καί πράγματι αὐτά ἀναβλύζουν ἀπό αὐτόν. Ὅλες οἱ φυσικές καί οἱ νοητικές ἱκανότητες ἀκόμη καί οἱ ζωτικοί ἀέρες καί οἱ ἐμπειρίες αὐτῆς τῆς ζωῆς, ἐμφανίζονται στό φῶς τοῦ λάμποντα Ἑαυτοῦ, τοῦ αὐτόφωτου ἄτμαν. Ὅλες ἔχουν ἕνα σκοπό καί ἕνα τέλος πού βρίσκεται πολύ πιό βαθιά ἀπό αὐτές τίς ἴδιες καί πού ἀποτελεῖ τό ἐλατήριο ὅλων τῶν εἰδῶν τῆς δραστηριότητας, εἴτε φυσικῆς, εἴτε διανοητικῆς ἤ ὑπερνοητικῆς. Ὅλα αὐτά, ὅμως, ἀποτυχαίνουν νά συλλάβουν τήν πραγματική φύση τοῦ Ἑαυτοῦ, καθώς αὐτά τά ἴδια εἶναι σέ μιά κατάσταση συνεχοῦς ροῆς. Ὁ Ἑαυτός καθώς εἶναι ἡ βάση κάθε ἀπόδειξης καί ὑπάρχει πρίν τήν ἀπόδειξη, δέν μπορεῖ νά ἀποδειχτεῖ. Πῶς μπορεῖ νά γνωριστεῖ Αὐτός πού γνωρίζει, καί ἀπό ποιόν; Ὁ Ἑαυτός εἶναι πράγματι, ἡ οὐσιαστική φύση τοῦ καθενός, ἀκόμη καί τοῦ ἄθεου. Αὐτός λοιπόν ὁ Ἑαυτός, εἶναι αἰώνιος, ἀναλλοίωτος καί πλήρης, καί

στήν οὐσία του εἶναι πάντοτε ὁ ἴδιος σέ ὅλες τίς ἐποχές, κάτω ἀπό ὅλες τίς συνθῆκες καί σέ ὅλες τίς καταστάσεις.

Ἡ φύση τοῦ Ἑαυτοῦ

Ἄν καί γνωρίζουμε ὅτι ὁ Ἑαυτός ὑπάρχει, ὅμως δέν ξέρουμε τί εἶναι, γιατί ἡ ἴδια ἡ γνώση ἀκολουθεῖ τόν Ἑαυτό καί ὀφείλεται στόν Ἑαυτό καί ὑπάρχει ἐξαιτίας τοῦ Ἑαυτοῦ. Ὅμως, ἡ ἀληθινή φύση τοῦ Ἑαυτοῦ μπορεῖ νά νοηθεῖ ἀπό τόν Ἑαυτό, ἄν μπορέσει νά ἀπογυμνωθεῖ ἀπό τά καλύμματα τῶν αἰσθήσεων, τοῦ νοῦ, τῆς κατανόησης καί τῆς θέλησης πού τόν σαβανώνουν καί μέ τά ὁποῖα εἶναι ντυμένος καί σκεπασμένος. Αὐτό πού ἀπομένει τότε περιγράφεται διαφοροτρόπως ὡς «Μή διαφοροποιημένη Συνειδητότητα», «Αἰώνια Γνώση» ἤ «Ἁγνή Ἐνημερότητα», καί χαρακτηρίζεται ἀπό τό Φῶς τοῦ Μεγάλου Κενοῦ. Εἶναι ἡ ὑπέρτατη ἀρχή τῆς ὁποίας ἡ οὐσιαστική φύση εἶναι αὐτόφωτη. Εἶναι ἄπειρη, ὑπερβατική καί ἡ οὐσία τῆς ἀπόλυτης γνώσης. Ἔχει τρεῖς ἰδιότητες. *Σάτ, Τσίτ* καί *Ἀνάντ*, δηλ. ἁγνή ὕπαρξη, ἁγνή γνώση καί ἁγνή μακαριότητα. Καθώς ὁ Ἑαυτός εἶναι τέλειος στόν Ἑαυτό Του, καί ἀπό μόνος Του, δέν ἔχει καμιά δική του δραστηριότητα οὔτε καί ἔχει καμιά ἀνάγκη γι' αὐτή, οὔτε χρειάζεται καμιά ἐξωτερική μεσολάβηση. Καθώς διαπερνᾶ τά πάντα καί εἶναι Αὐτοῦπαρκτος, δέν γνωρίζει κανένα ὅριο καί κανένα κίνητρο.

Ἀτομική γνώση καί συνειδητότητα.

Ἄν καί ἡ τελική πραγματικότητα εἶναι τό μή δυαδικό πνεῦμα, ὅμως ἡ ὁρισμένη γνώση καί ἡ ἐμπειρία τῶν αἰσθήσεων προϋποθέτουν τήν ὕπαρξη τῶν: (1) Αὐτοῦ πού γνωρίζει, ἤ τοῦ ὑποκείμενου πού γνωρίζει ξεχωριστά ἀπό τό ἐσωτερικό ὄργανο πίσω ἀπό τίς αἰσθήσεις καί τοῦ ἀντικείμενου πού γνωρίζεται. Ὁ νοῦς πού γνωρίζει δέν εἶναι παρά ἕνας ἀντανακλαστικός καθρέφτης πού ἀντανακλᾶ τή λαμπρότητα τοῦ ἄτμαν, μέσα στό ὁποῖο ἀναπτύσσεται ἡ γνώση. (2) Τή διαδικασία τῆς γνώσης ὅπως ὁρίζεται ἀπό τροποποιήσεις μέσα στό

ἐσωτερικό ὄργανο: τίς *βρίτι* ἤ διακυμάνσεις πού δημιουργοῦν κυματισμούς καί φοῦσκες στό ρεῦμα τῆς συνειδητότητας. Αὐτές οἱ βρίτι εἶναι τεσσάρων εἰδῶν: ἡ Ἀπροσδιόριστη *(μάνας ἤ νοητική* ὕλη), ἡ Ὁρισμένη (*μπούντι* ἤ ἡ ἔξυπνη θέληση), ἡ αἴσθηση τοῦ Ἑαυτοῦ (*ἄχανκαρ* ἤ τό αὐτοεπιβαλλόμενο ἐγώ), καί τό Ὑποσυνείδητο (*τσίτ* ἤ οἱ βαθιές καί κρυμμένες δυνάμεις) (3) Τό ἀντικείμενο πού γνωρίζεται μέσο τοῦ φωτός τοῦ ἄτμαν καθώς ἀντανακλᾶται ἀπό τό ἐσωτερικό ὄργανο *(ἀνταχκαράν)*

Ἡ γνώση καί οἱ πηγές της

Ἡ γνώση εἶναι δύο εἰδῶν: ὕστατη καί τελική, ἤ ἐμπειρική καί σχετική. Ἡ γνώση στήν τελική της πραγματικότητα εἶναι σέ μιά κατάσταση τοῦ «εἶναι» καί δέν ἀναπτύσσεται ποτέ. Εἶναι ἤδη ἐκεῖ καί ἀποκαλύπτεται ἀπό τό φῶς τοῦ ἄτμαν, πού ὑπερβαίνει συγχρόνως καί τό ὑποκείμενο πού ἀντιλαμβάνεται καί τό ἀντικείμενο πού κατανοεῖται, καί πέρα ἀπό τό ὁποῖο δέν ὑπάρχει τίποτα.

Ἡ ἀληθινή γνώση εἶναι καθαρά μιά πράξη τῆς ψυχῆς καί εἶναι τέλεια στόν ἑαυτό της καί ἀνεξάρτητη ἀπό τίς αἰσθήσεις καί τά ὄργανα τῶν αἰσθήσεων. «Ἕνας νοῦς πού γνωρίζει τά πάντα», λέει ὁ Καθηγητής Τζ. Μ. Μάρρεϋ, «ἀγκαλιάζει τό σύνολο τοῦ εἶναι μέ τήν ἄποψη τῆς αἰωνιότητας. Καθώς εἰσερχόμαστε στόν κόσμο τοῦ εἶναι, ἔχουμε ἕνα συνολικό ὅραμα». Σύμφωνα μέ τό Σανκάρα: «ἡ ἀνώτατη γνώση εἶναι ἡ ἄμεση μαρτυρία τῆς ἴδιας τῆς πραγματικότητας», γιατί τότε, αὐτός πού γνωρίζει καί αὐτό πού γνωρίζεται γίνονται μιά πραγματικότητα. Ἀλλά ὁ πραγματικός Ἑαυτός πού εἶναι ἁγνή ἐνημερότητα δέν μπορεῖ νά εἶναι τό ἀντικείμενο τῆς γνώσης.

Ἡ ἐμπειρική γνώση τοῦ ἐξωτερικοῦ κόσμου εἶναι ἀκριβῶς ὅπως ἡ γνώση τῶν ζώων. Βασίζεται καί προέρχεται ἀπό τά ὄργανα τῶν αἰσθήσεων, καί γι' αὐτό ἔχει μορφές καί τρόπους τά ὁποῖα ὅλα "λάμπουν διά τῆς ἀπουσίας τους" ἀπό τήν ἀληθινή γνώση. Ἀλλά τίποτα δέν γίνεται πραγματικό ὡσότου νά ἔχει κανείς τήν ἐμπειρία του. Ἀκόμη καί μιά παροιμία δέν εἶ-

ναι παροιμία ἄν δέν ἔχουμε ἕνα παράδειγμα της στήν καθημερινή ζωή καί στήν πράξη.

Ὅλη ἡ ἐμπειρική γνώση ἀποκαλύπτεται εἴτε μέ τήν ἀντίληψη ἤ μέ τή μαρτυρία τῶν γραφῶν. Ἡ ἀνθρώπινη ἀντίληψη ποτέ δέν θεωρήθηκε ἀληθινή, τέλεια καί ἀκριβής. Μπορεῖ κανείς νά νομίσει γιά φίδι ἕνα σχοινί, ἤ γιά φάντασμα τόν κορμό ἑνός δέντρου. Γενικά, τά πράγματα δέν εἶναι αὐτό πού φαίνονται πώς εἶναι. Τά χρώματα τῶν πραγμάτων πού βλέπουμε εἶναι ἐκεῖνα πού δέν ἀπορροφιοῦνται ἀπό αὐτά, ἀλλά πού ἀπορρίπτονται καί ἀποβάλλονται. Τό κόκκινο χρῶμα τοῦ ρόδου δέν εἶναι μέρος τοῦ ρόδου ἀλλά κάτι ξένο πρός αὐτό. Ἐπίσης, τό πόρισμα καί ἡ μαρτυρία τῶν γραφῶν δέν εἶναι τελείως ἀλάθευτα. Ἡ πηγή τοῦ πορίσματος εἶναι προηγούμενη ἐμπειρία, ἡ ὁποία εἶναι ἀβέβαιη. Καί ἀκόμη καί ἄν δέν ἦταν, οἱ σημερινές περιστάσεις μπορεῖ νά μήν ταιριάζουν ἀπόλυτα μέ τή γνώση πού ἀποκτήθηκε στό παρελθόν. Αὐτή εἶναι ἡ περίπτωση ἀκόμη καί μέ τήν ἔμφυτη διαίσθηση πού εἶναι τό γενικό ἄθροισμα ὅλων τῶν ἐμπειριῶν μέσα στό ὑποσυνείδητο. Ἕνα σύννεφο ἀπό καπνό στήν κορυφή ἑνός μακρινοῦ λόφου μπορεῖ νά εἶναι ἐνδεικτικό φωτιᾶς ἤ μπορεῖ νά εἶναι ἕνα σύννεφο ὁμίχλης. Ὅμοια, ἡ μαρτυρία τῶν γραφῶν ἄν καί εἶναι δεχτή ὡς μιά ἀλάθητη καί βέβαιη πηγή γνώσης, δέν μπορεῖ πάντοτε νά θεωρηθεῖ ἔτσι. Οἱ βέδες πού ἀποτελοῦν τή Θεία γνώση, ἐμφανίζονται καί ἐξαφανίζονται μέ τόν ἐρχομό καί τή διάλυση κάθε κύκλου τοῦ χρόνου. Ὑποτίθεται πώς εἶναι ἕνα ἀστείρευτο ὀρυχεῖο παγκόσμιας καί ἰδανικῆς γνώσης. Ἀλλά ὁ ὅρος «γνώση» σημαίνει μιά καταγραφή πνευματικῶν ἐμπειριῶν πού ἀποκτήθηκαν σέ ἐπίπεδα πάνω ἀπό τίς αἰσθήσεις. Ἀπό τή στιγμή πού οἱ ἐμπειρίες πού ἀποκτήθηκαν μέ αὐτό τόν τρόπο μεταφράζονται στήν ἀνθρώπινη γλώσσα καί περιορίζονται στά γραπτά, ἀποκτοῦν μορφή καί μέθοδο, καί ἀπό τή στιγμή πού ἀποκτοῦν μορφή καί μέθοδο χάνουν τή φρεσκάδα καί τή ζωή τους, τήν ποιότητα τοῦ ἀπεριόριστου εἶναι. Αὐτό πού δέν μπορεῖ νά περιοριστεῖ καί νά ὁριστεῖ ἀρχίζουν νά τό μεταχειρίζονται ὡς κάτι τό ὁρισμένο καί τό περιορισμένο, καί

ἀντί οἱ γραφές νά δίνουν ζωτική γνώση, τείνουν νά ἀποσπάσουν τούς ἀνθρώπους ἀπό αὐτό προφέροντάς τους μόνο ἀφηρημένες ἔννοιες. Τό περισσότερο πού μποροῦν νά κάνουν εἶναι μόνο τό νά ὑποδείξουν τήν Ἀλήθεια, ἀλλά δέν μποροῦν ποτέ νά τή δώσουν. Οἱ ἰδέες γιά τό Παγκόσμιο ὅπως περιέχονται μέσα ἐκεῖ παραμένουν ἁπλῶς καί μόνο ὡς ἰδέες, γιατί δέν μπορεῖ κανείς οὔτε νά τίς συλλάβει, οὔτε νά βγάλλει συμπέρασμα οὔτε καί νά τίς μεταδώσει σωστά· αὐτές ἀρχίζουν νά ἔχουν ἔννοια μόνο ὅταν μάθει κανείς νά ὑψώνεται πάνω ἀπό τό ἐπίπεδο τῶν αἰσθήσεων καί ἔχει ὁ ἴδιος τήν ἐμπειρία τῆς Ἀλήθειας.

Ἀπό αὐτά πού εἰπώθηκαν πιό πάνω, φτάνει κανείς στό ἀκαταμάχητο συμπέρασμα ὅτι τό «νά δεῖ κανείς» ἤ ἡ ἄμεση καί ἀπευθείας θέαση, εἶναι πάνω ἀπ' ὅλα ἡ ἀπόδειξη καί ἡ μαρτυρία. Εἶναι τό νά δεῖ κανείς στό ἁγνό φῶς τοῦ ἄτμαν, πού εἶναι ἐλεύθερο ἀκόμη καί ἀπό τήν πιό μικρή σκιά τῆς συσχέτισης. Δέν εἶναι παρά μιά ἀπευθείας ἀκέραιη ἐμπειρία τῆς ψυχῆς.

Ἡ *Σρούτι* ἤ ἡ γραφή πού ἀποκαλύπτει, χωρίς πρῶτο χέρι ἐσωτερική ἐμπειρία, εἶναι ἦχος χωρίς ἔννοια. Ὅλα τά πετάγματα τῆς σκέψης, τῆς φαντασίας ἤ τῆς ψευδαίσθησης, καί ὅλη ἡ ἐμπειρική (ἐγκόσμια) γνώση εἶναι ἀνεπαρκῆ καί δέν μποροῦν νά ἐκτιμήσουν σωστά τήν Ἀλήθεια ἤ τήν Τελική Πραγματικότητα.

Ἡ *Ἀνουμπχάβα* εἶναι ἀληθινά ἡ πραγματική καί ἡ ἀπόλυτη γνώση καί εἶναι ἡ γνώση τοῦ Ἀπόλυτου. Εἶναι ἡ αὐτοπιστοποιημένη ἐμπειρία τῆς ψυχῆς πού μαρτυρεῖ τήν καταγραμμένη πνευματική ἐμπειρία τῶν σοφῶν ὅπως δίνεται στίς σρούτι.

Ἡ φύση τοῦ Μπραχμάν

Ἡ ἴδια ἡ ἰδέα τοῦ περιορισμένου δηλώνει τήν ὕπαρξη τοῦ Ἄπειρου, ὅπως καί ἡ λέξη «μή πραγματικό» ὅτι ὑπάρχει κάτι τό πραγματικό, ἡ βάση ὅλης τῆς ἐξυπνάδας καί τῆς φαντασίας. Ἐπίσης ἔχουμε τήν κατασυντριπτική μαρτυρία τῶν κειμένων τῶν γραφῶν, πού μιλοῦν γιά θρησκευτικές ἐμπειρίες ὅ-

λων τῶν προφητῶν σέ ὅλες τίς ἐποχές καί σέ ὅλους τούς τόπους.

Ἡ φύση τοῦ Μπραχμάν δέν μπορεῖ νά ἐκφραστεῖ μέ λόγια. Εἶναι τό θεμέλιο ὅλων ὅσα ὑπάρχουν. Ἐκτείνεται παντοῦ, καί συγχρόνως πουθενά δέν ἔχει ἰδιαίτερη σχέση μέ κανένα πράγμα. Εἶναι ἕνα παράδοξο συγχρόνως τοῦ «εἶναι» καί τοῦ «μή εἶναι». Ὑπάρχουν δύο τρόποι πού μποροῦμε νά δοῦμε τό πρόβλημα: ὁ ἀρνητικός τρόπος καί ὁ θετικός τρόπος. Ὑπάρχει ὁ Θεός, τό Ἀκατανόητο Ἀπόλυτο καί ὁ Θεός ὁ ὁποῖος πράγματι δημιουργεῖ, ἐργάζεται καί εἶναι ἡ Πρώτη Αἰτία, καί εἶναι γνωστός διαφοροτρόπως ὡς ὁ *Λόγος* ἤ τό Ἅγιο Πνεῦμα ἤ *Κάλμα* ἤ ὁ *Μπάνγκ-ι-Καντίμ* τό *Νάαντ* ἤ τό *Οὐτζίτ*, τό *Νάαμ* ἤ τό *Σάμπτ*. Οἱ τελευταῖοι ὅροι δηλώνουν τήν ἀρχή τῆς ζωῆς, τό Λόγο ἤ τή Δύναμη τοῦ Θεοῦ πού ἐνυπάρχει καί δονεῖται παντοῦ ἀπό τό ἀνώτατο μέχρι τό κατώτατο μέσα στό Σύμπαν. Εἶναι καί ἡ ὑλική καί ἡ δραστήρια αἰτία τοῦ κόσμου. Εἶναι ἡ ἀρχή τῆς Ἀλήθειας καί τό πνεῦμα τοῦ Θεοῦ (ὁ Θεός σέ δράση — *Ἐκανκάρ)*. Γι' αὐτή τή Δύναμη τοῦ Θεοῦ, τά Εὐαγγέλια μᾶς λένε ὅτι: «Τό Φῶς ἐν τῇ σκοτίᾳ φέγγει, καί ἡ σκοτία δέν κατέλαβεν αὐτό». Αὐτή ἡ δύναμη τοῦ Μπραχμάν *(Ἰσβάρα)* ἤ ἡ Θεότητα εἶναι τό μέσο μεταξύ τοῦ Μπραχμάν καί τοῦ Σύμπαντος καί μετέχει τῆς φύσης καί τῶν δύο. Ἀλλά ἡ μοναδικότητα Του δέν ἐπηρεάζεται ἀπό τήν ἔκφραση τοῦ ἑαυτοῦ του σέ πολλούς — *Ἔκο ἄχαμ μπαχουσιάμ*. Τά δύο ὑπάρχουν ὡς πραγματικότητα καί ἐμφάνιση, καί ἡ διαφορά δημιουργεῖται ἐξαιτίας τῆς περιορισμένης ἐνόρασης τοῦ ἀνθρώπου.

Γιά νά ἀνακεφαλαιώσουμε, ἡ Ὑπέρτατη Πραγματικότητα εἶναι ἡ βάση τοῦ κόσμου ὅπως τόν ξέρουμε, ὅπως μιλοῦμε γι' αὐτόν καί ὅπως τόν βλέπουμε. Ἡ πολλαπλότητα, ἡ ποικιλία στήν ἑνότητα, εἶναι τό ἀποτέλεσμα ἐσφαλμένης κρίσης. Ὁ κόσμος δέν εἶναι πραγματικός, ἀλλά ὄχι μιά ὑποκειμενική ἀπάτη. Τό Ἀπόλυτο εἶναι μέσα στόν κόσμο ἀλλά ὁ κόσμος δέν εἶναι τό Ἀπόλυτο, γιατί μιά σκιά δέν μπορεῖ νά πάρει τή θέση τῆς οὐσίας. Ἕνα πράγμα βασισμένο στό πραγματικό δέν

μπορεῖ νά εἶναι τό ἴδιο τό «πραγματικό». Ὁ κόσμος δέν εἶναι παρά ἡ φαινομενική ἀλήθεια καί ὄχι ἡ οὐσιαστική ἀλήθεια τῆς Πραγματικότητας, ἤ ἡ κεντρομόλα δύναμη μέσα στόν πυρήνα της.

Ὁ ἀτομικός ἑαυτός εἶναι μιά περιπλοκή ἀπό συμπάθειες καί ἀντιπάθειες, προτιμήσεις καί προκαταλήψεις, προθέσεις καί σχέδια, ἀναμνήσεις καί συναναστροφές. Ἡ περιορισμένη τζίβα εἶναι οὐσιαστικά τό ἀπεριόριστο ἄτμαν. Αὐτός ὁ ἐμπειρικός ἑαυτός ἤ ἡ ἀτομική ἀντίληψη εἶναι, ἀπό ἄγνοια τῆς πραγματικῆς του φύσης, ὁ ἐνεργός δράστης, αὐτός πού ἀπολαμβάνει καί πού ὑποφέρει στό ἁγνό φῶς τοῦ ἄτμαν, γιά τό ὁποῖο δέν γνωρίζει τίποτα οὔτε ἔχει καμιά ἐμπειρία του. Κλεισμένο μέσα στό φυσικό σῶμα, πού τό συνθέτουν τά πέντε στοιχεῖα (αἰθέρας, ἀέρας, φωτιά, νερό καί γῆ), εἶναι τό λεπτό (ἀστρικό) σῶμα πού ἀποτελεῖται ἀπό δεκαεπτά στοιχεῖα (πέντε ὄργανα ἀντίληψης: μάτια, αὐτιά, μύτη, γλώσσα καί δέρμα· πέντε ὄργανα δράσης: ὅραση, ἀκοή, ὄσφρηση, γεύση καί ἀφή· τούς πέντε ζωτικούς ἀέρες καί τό μάνας καί τό μπούντι), καί ἐπίσης τό αἰτιατό ἤ τό σῶμα τοῦ σπόρου. Ὁ ἑαυτός ἀκολουθεῖ τόν ἀδυσώπητο νόμο τοῦ κάρμα καθώς μεταναστεύει ἀπό τό ἕνα σῶμα στό ἄλλο στό γιγάντιο Τροχό τῆς Ζωῆς. Αὐτά τά περιοριστικά συνακόλουθα (τό φυσικό, τό νοητικό καί τό αἰτιατό) κατεβάζουν τό ἄτμαν στό ἐπίπεδο μιᾶς τζίβα (ἀτομικῆς συνειδητότητας) καί ορίζουν τή μοίρα του, παίρνοντάς το σέ ἀτέλειωτους γύρους. Στόν πυρήνα τῆς τζίβας εἶναι ὁ Μάρτυρας Ἑαυτός, πού ἁπλῶς καί μόνο κοιτάζει καί ρίχνει φῶς σέ ὁλόκληρη τή σκηνή καί ἐνῶ φωτίζει τό ἐγώ, τό νοῦ, τίς αἰσθήσεις καί τά ἀντικείμενα τῶν αἰσθήσεων, ἐξακολουθεῖ νά λάμπει στό δικό του φῶς, ἀκόμη καί ὅταν ἡ σκηνή καθαρίσει. Εἶναι πάνω σ' αὐτή τή φωτισμένη ἀσημένια ὀθόνη πού ἐξελίσσεται ὁλόκληρο τό θέαμα.

Τό φτάσιμο τῆς κατάστασης ὅπου τό ἄτμαν γνωρίζει τί εἶναι πράγματι ὁ ἑαυτός του, καί ὅπου συνειδητοποιεῖ ὅτι δέν εἶναι τίποτα ἄλλο παρά Μπραχμάν εἶναι ὁ στόχος τοῦ Ἀντβαϊτισμοῦ. Αὐτή ἡ κατάσταση εἶναι μιά κατάσταση άμε-

σης ἐμπείριας καί, ὅπως ὁ Σανκάρα τό ἐξήγησε μέ πάρα πολύ μεγάλη σαφήνεια, δέν μπορεῖ νά κατορθωθεῖ ἁπλῶς καί μόνο μέ τό συλλογισμό, μέ τό διάβασμα τῶν γραφῶν ἤ τήν ἐκτέλεση τελετουργικῶν. Μπορεῖ νά ἔρθει μόνο μέ τήν παρακολούθηση τῆς γιόγκα, καί τό σπουδαιότερο πράγμα πού πρέπει νά θυμόμαστε εἶναι ὅτι ὁ 'Αντβαϊτισμός ὁ ἴδιος δέν εἶναι γιόγκα ἀλλά γιά νά ἀκριβολογήσουμε, ἀντιπροσωπεύει τή φιλοσοφία τῆς γιόγκα στήν πιό λεπτή καί βαθιά της ἄποψη. Ὁ Σανκάρα, ὅπως καί ὁ ἴδιος διευκρίνισε δέ μιλοῦσε γιά κάτι καινούργιο. Ἦταν ἀπασχολημένος στό ἔργο τῆς ξαναδιατύπωσης αὐτοῦ πού εἶχε ἤδη εἰπωθεῖ μέσα στίς Οὐπανισάδες καί τήν Γκίτα. Προικισμένος μέ μιά ἐξαιρετική διάνοια καί μιά ἐκπληκτική ἱκανότητα λογικῆς σκέψης ἄρχισε νά ξαναεκθέτει μέ ἕνα συνεχόμενο καί συστηματικό τρόπο τήν ἐνόραση πού εἶναι μέσα στίς σρούτι, ἡ ὁποία κατά τούς χρόνους πού εἶχαν ἀκολουθήσει εἶχε μπερδευτεῖ καί εἶχε ὁδηγήσει σέ πολλή καί ἄσκοπη ἀντιλογία. Αὐτός ἀπόδειξε μιά γιά πάντα ὅτι κάθε πλησίασμα στόν Μπραχμάν πού δέν κήρυσσε τήν μή πολλαπλή καί μή δυαδική πραγματικότητα ἦταν ἀπό τήν ἴδια του τή φύση παράλογο καί ὅτι ὁ 'Αντβαϊτισμός ἦταν πράγματι τό λογικό συμπέρασμα τῆς γιογκικῆς σκέψης. Σ' αὐτό τό πλησίασμα ὑπονοεῖται ἡ γνώμη ὅτι ἀπό ὅλες τίς καταστάσεις τοῦ σαμάντι, αὐτή κατά τήν ὁποία τό ἀτομικό ἄτμαν ἔχανε τήν ταυτότητά του μέσα στόν Μπραχμάν (καί πού ὀνομάζεται *Νιρβικάλπ Σαμάντι),* ἦταν ἡ ἀνώτατη. Αὐτή ἡ κατάσταση ἔπρεπε νά κατορθωθεῖ ἐδῶ καί τώρα, καί μποροῦσε κανείς νά ἐλευθερωθεῖ σ' αὐτή τή ζωή *(τζίβαν μούκτα).* Αὐτός πού εἶχε βολιδοσκοπήσει κάτω ἀπό τό φαινομενικό τό 'Απόλυτο, δέν μποροῦσαν πιά νά τόν ξεγελάσουν οἱ ἐμφανίσεις. Ἦταν ἕνα ἀπελευθερωμένο πνεῦμα, ζώντας στό φῶς τῆς 'Αληθινῆς Γνώσης. Οἱ περασμένες πράξεις μπορεῖ νά τόν ἔκαναν νά συνεχίζει τήν φυσική του ὕπαρξη, ἀλλά μιᾶς καί αὐτές τελείωναν ἀπορροφιόταν τελείως μέσα στόν Μπραχμάν, τήν ἁγνή γνώση.

Ὁ Σανκάρα ἦταν πράγματι ἕνας ἀξιοσημείωτος ἄνθρωπος μάθησης καί διόρασης καί ἡ συμβολή του στήν 'Ινδική σκέψη

εἶναι μόνιμη. Δίνοντάς της τό λογικό της συμπέρασμα, τῆς ἔδωσε τή λαμπρότητα τῆς συνεχοῦς σαφήνειας. Ἀλλά ἀκριβῶς ὅπως τά τελετουργικά καί οἱ γραφές δέν μπορεῖ νά ἀντικαταστήσουν τήν ἀπευθείας ἐσωτερική ἐμπειρία, ἔτσι ἁπλῶς καί μόνο γνωρίζοντας κανείς ὅτι ὁ Ἑαυτός καί ὁ Μπραχμάν εἶναι Ἕνα δεν μπορεῖ νά πάρει τή θέση μιᾶς πραγματικῆς ἐμπειρίας αὐτῆς τῆς ἕνωσης. Ἡ φιλοσοφία τῆς γιόγκα δέν εἶναι τό ἴδιο πράγμα ὅπως ἡ γιόγκα. Τό περισσότερο πού μπορεῖ νά κάνει, εἶναι μόνο νά καθαρίσει τή σκέψη μας ἀπό τό τωρινό της μπέρδεμα καί νά μᾶς δείξει τόν τελικό στόχο πού πρέπει νά φτάσουμε, ἀλλά τά ὑπόλοιπα πρέπει νά μείνουν ἕνα θέμα ἔμπρακτης καί προσωπικῆς πραγματοποίησης μέσο τῆς γιόγκα.

ΜΕΡΟΣ ΔΕΥΤΕΡΟ

Ἡ Μελέτη
τῆς Σούρατ Σάμπτ Γιόγκα

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΠΕΜΠΤΟ

Σούρατ Σάμπτ Γιόγκα

Ἡ Γιόγκα τοῦ Οὐράνιου Ἠχητικοῦ Ρεύματος

ΣΤΑ προηγούμενα κεφάλαια αὐτῆς τῆς μελέτης εἴδαμε μέ ποιό τρόπο διδάχτηκε, ἀπό ἀμνημόνευτους χρόνους, ἀπό τούς Ἰνδούς σοφούς, ὅτι πίσω ἀπό τόν φαινομενικό ἑαυτό πού ἔχουμε συνείδηση στήν καθημερινή μας ζωή, τόν ἑαυτό πού ἀποφεύγει τόν πόνο καί ζητᾶ τήν εὐχαρίστηση, πού ἀλλάζει ἀπό στιγμή σέ στιγμή καί εἶναι ὑποκείμενος στήν ἐπίδραση τοῦ χρόνου καί τοῦ διαστήματος, ὑπάρχει ὁ μόνιμος «Ἑαυτός», τό Ἄτμαν. Αὐτό τό Ἄτμαν ἀποτελεῖ τή βασική πραγματικότητα, τήν τελική οὐσία, τήν οὐσία τῶν οὐσιῶν, καί εἶναι στό φῶς τοῦ εἶναι του πού ὅλα τά ἄλλα παίρνουν νόημα. Ἐπίσης, εἴδαμε πῶς ἔχουν ἀναλύσει οἱ Ἰνδοί μύστες τή φύση τοῦ Σύμπαντος. Ὁ κόσμος μας, ὅταν τόν βλέπει κανείς ἀπό τήν ἐπιφάνεια, φαίνεται νά εἶναι μιά παράξενη σύνθεση ἀπό ἀντιφατικά στοιχεῖα. Ἀντιμέτωπος μέ αὐτές τίς ἀντιφάσεις, ὁ ἄνθρωπος ἀναγκάζεται νά ψάξει νά βρεῖ ἕνα Δημιουργό πού κρατᾶ σέ ἰσορροπία τίς ἀντίθετες δυνάμεις καί ἀντιπροσωπεύει τή μονιμότητα πίσω ἀπό τή ροή τῆς ὕπαρξης. Ἀλλά καθώς αὐτός εἰσχωρεῖ ὅλο καί πιό βαθιά, ἀνακα-

λύπτει πώς οἱ ἀντιφάσεις εἶναι μόνο φαινομενικές, ὄχι πραγματικές: ὅτι μακριά ἀπό τοῦ νά εἶναι ἐνάντιες πρός τή φύση, εἶναι διαφορετικές ἐκδηλώσεις τῆς ἴδιας Δύναμης, καί ὅτι δέν εἶναι οὔτε ἀκόμα καί «ἐκδηλώσεις» ὅπως ὀρθά ὀνομάζονται, ἀλλά εἶναι ψευδαισθήσεις τοῦ ἀδαῆ νοῦ πού διασκορπίζονται στό φῶς τῆς πραγματοποίησης, ὅταν ἀρχίζει κανείς νά γνωρίζει ὅτι ὁ ὠκεανός εἶναι ἀναλλοίωτος ἄν καί φαίνεται πώς ἀλλάζει.

Αὐτές οἱ δύο ἐμβαθύνσεις εἶναι βασικές στήν Ἰνδική σκέψη, καί ὅταν ἐξετάσουμε ἀπό κοντά τό θέμα θά δοῦμε ὅτι δέν εἶναι χωριστές, ἀλλά μία.

Ἡ ἀναγνώριση τῆς ἀπόλυτης φύσης τοῦ ἐσωτερικοῦ Ἑαυτοῦ, τοῦ Ἄτμαν, σημαίνει ἀναγνώριση τῆς ἀληθινῆς φύσης τῆς ὕπαρξης τοῦ Παραμάτμαν, τοῦ Μπραχμάν· ἐνῶ ἡ κατανόηση τῆς φύσης τοῦ Παραμάτμαν ἤ τοῦ Μπραχμάν σημαίνει κατανόηση τοῦ Ἄτμαν. Ἄν πίσω ἀπό τόν ἐναλλασσόμενο, ὑπόδουλο τοῦ χρόνου ἑαυτό, ὑπάρχει Ἕνας (ἑαυτός) αἰώνιος, ἀναλλοίωτος καί ἐκτός χρόνου· καί ἄν πίσω ἀπό τή ροή τῆς εὐμετάβλητης φύσης τῆς δημιουργίας, ὅπως ἐμεῖς κανονικά τήν ξέρουμε, ὑπάρχει μιά Ἀπόλυτη Ἀναλλοίωτη Πραγματικότητα, τότε οἱ δυό πρέπει νά εἶναι σχετικές καί πρέπει νά ὑπάρχουν δύο Ἀπόλυτα; Πῶς μπορεῖ τό Ἄτμαν νά εἶναι διαφορετικό ἀπό τόν Μπραχμάν, ὅταν ὅλα ὅσα ὑπάρχουν δέν εἶναι παρά μιά προβολή τοῦ Μπραχμάν;

Τή στιγμή πού συνειδητοποιοῦμε αὐτές τίς ἀλήθειες γιά τή φύση τοῦ Ἑαυτοῦ καί τοῦ Ὑπερεαυτοῦ, ἤ τή Μοναδική Ἀλήθεια γιά τή φύση τῆς Πραγματικότητας, τό πρόβλημα πού παρουσιάζεται εἶναι: Γιατί ἐμεῖς στήν καθημερινή μας ζωή ἔχουμε ἐμπειρία τοῦ κόσμου μέ τούς ὅρους τῆς δυαδικότητας καί τῆς πολλαπλότητας, αἰσθανόμενοι μεταξύ μας χωρισμένοι ὁ ἕνας ἀπό τόν ἄλλον καθώς καί ἀπό τή ζωή στή γενικότητά της; καί ποιό ἄραγε μπορεῖ νά εἶναι τό μέσο γιά νά ὑπερβοῦμε αὐτή τήν ἄχρηστη σύσφιγξη τοῦ ἑαυτοῦ μας καί νά βυθιστοῦμε μέσα στόν Ὠκεανό τῆς Συνειδητότητας πού εἶναι ἡ οὐσιαστική μας κατάσταση; Ἡ ἀπάντηση στό πρῶτο

μέρος αὐτῆς τῆς ἐρώτησης ἦταν, ὅτι τό πνεῦμα, στήν πρός τά κάτω πορεία του, περιτυλίγεται μέσα σέ πτυχές, τή μιά πάνω στήν ἄλλη, ἀπό νοητικές καί ὑλικές συσκευές πού τό ἀναγκάζουν νά ἔχει ἐμπειρία τῆς ζωῆς μέ τούς ὅρους τοῦ περιορισμοῦ τους, ὡσότου, μή ἔχοντας πιά συνείδηση τῆς δικῆς του ἐνυπάρχουσας φύσης ταυτίζει τόν ἑαυτό του μέ τό βασίλειό τους τοῦ χρόνου καί τοῦ χώρου — *νάμ - ρούπ - πραπάντς*. Ἡ ἀπάντηση στό δεύτερο μέρος ἦταν, ὅτι ἡ ψυχή μπορεῖ νά γίνει αὐτόπτης μάρτυρας τοῦ ἑαυτοῦ της, δεδομένου ὅτι μπορεῖ νά ἀποβάλλει τά συνακόλουθά της πού τήν περιορίζουν. Τά πολλά καί ποικίλα εἴδη τῆς γιόγκα πού ἐξετάσαμε δέν εἶναι τίποτα παραπάνω παρά οἱ διάφοροι μέθοδοι πού ἀναπτύχθηκαν γιά νά ἐκπληρώσουν αὐτή τή διαδικασία τοῦ ξεμπερδέματος ἤ τοῦ πνευματικοῦ περιτυλίγματος.

Τό θέμα πού ἐπαναλαμβάνεται στά διδάγματα ὅλων τῶν μεγάλων ρίσι καί μυστικιστῶν εἶναι ὅτι οἱ διοράσεις τους δέ βασίζονται σέ μάθηση πού κληρονόμησαν, σέ φιλοσοφική θεωρητική μελέτη ἤ σέ λογικό συλλογισμό, ἀλλά σέ πρῶτο χέρι ἐσωτερική ἐμπειρία ἤ *ἀνουμπχάβα* — μιά λέξη πού ἡ διαύγεια τῆς ἔκφρασής της δέ χρειάζεται μετάφραση. Αὐτοί ἐξηγοῦν ὅτι οἱ φαινομενικές διαφορές δέν εἶναι ἐξαιτίας καμιᾶς ἐνυπάρχουσας ἀντίφασης σ' αὐτά πού λένε, ἀλλά γιατί οἱ ἄνθρωποι διαφέρουν πάρα πολύ στήν ἰδιοσυγκρασία, καί αὐτό πού εἶναι δυνατό γιά τόν ἄνθρωπο μιᾶς καλλιεργημένης καί ἐκλεπτισμένης διάνοιας εἶναι ἀδύνατο γιά τόν ἁπλοϊκό χωρικό, τό ἴδιο καί ἀντιθέτως. Διάφοροι ποταμοί μπορεῖ νά κατευθύνονται μέσα ἀπό διαφορετικές πεδιάδες, ἀλλά ὅλοι φτάνουν στή θάλασσα. Τό 'Οκτάπτυχο Μονοπάτι τοῦ Πατάντζαλι εἶναι ἡ πρώτη μεγάλη προσπάθεια νά συσχετιστοῦν οἱ πολλοί δρόμοι πού ὑπάρχουν στή διάθεσή μας σέ ἕνα ἑνιαῖο σύστημα γιά τήν πνευματική παλινόρθωση. Οἱ μετέπειτα ρίσι καί δάσκαλοι καθοδηγήθηκαν πολύ ἀπό αὐτόν, ἀλλά τά διδάγματά τους ἐνσωματώνουν ἀπόλυτα τήν ὁμολογία ὅτι τό σύστημά του θέλει μεγάλη ὑπερακρίβεια καί κλίνει νά ἀρνηθεῖ τό πνευματικό ἐπίτευγμα στόν κοινό ἄνθρωπο. 'Επιπλέον,

αὐτό εἶναι τόσο πολύπλοκο πού γιά τούς περισσότερους ἀπό τούς *σαντάκς* (τούς ἀναζητητές) γίνεται μᾶλλον ἕνας λαβύρινθος μέσα στόν ὁποῖο χάνουν τό δρόμο τους καί λαθεμένα παίρνουν τούς ἐνδιάμεσους στόχους γιά τόν τελικό σκοπό. Καί ἔτσι, ἐνῶ ἡ Μάντρα Γιόγκα, ἡ Λάγια Γιόγκα, ἡ Χάθα Γιόγκα καί εἰδικά ἡ Ράτζα Γιόγκα ἐξακολουθοῦν τήν παράδοση τοῦ Πατάνζαλι σέ τροποποιημένες μορφές, ἐμφανίζονται τρία ἄλλα συστήματα πού παρουσιάζουν, ἀντίθετα ἀπό τήν Ἀστάνγκα Μάργκ, μιά μεγάλη ἁπλοποίηση καί εἰδίκευση. Ὁ Τζνάνα γιόγκι, ὁ Κάρμα γιόγκι ἤ ὁ μπάκτα δέ χρειάζεται πιά νά ἀποσυρθοῦν ἀπό τόν κόσμο ἤ νά ὑποστοῦν ὑπερακριβεῖς ψυχικοσωματικές πειθαρχίες. Καθένας πλησιάζει τό σκοπό ἀπό ἕνα ἰδιαίτερο δρόμο καί τόν φτάνει μέ ἁπλῶς καί μόνο σκόπιμη αὐτοσυγκέντρωση.

Τό τέλος ὅλων τῶν γιόγκα, ὅπως διευκρίνησε ὁ Σανκάρα, εἶναι ἡ ἀπορρόφηση μέσα στόν Μπραχμάν.

Ὅλα τά μονοπάτια λοιπόν ἔχουν ὡς σκοπό τό σαμάντι, ὅπου μπορεῖ νά κατορθωθεῖ μιά τέτοια ἐμπειρία. Ἀλλά ἄν τό σύστημα τοῦ Πατάντζαλι καί τά παράγωγά του ἔχουν μερικά σοβαρά μειονεκτήματα, τίθεται τό θέμα ἄν τά τρία ἄλλα μεγάλα συστήματα εἶναι ἐντελῶς χωρίς αὐτά. Ἄν γιά τόν Κάρμα γιόγκι ἡ ἐλευθερία βρίσκεται μέ τήν ἀποκόλληση καί τήν μή ἐπιθυμία , εἶναι δυνατόν νά εἶναι τελείως ἐλεύθερος; Αὐτός δέ ζητᾶ τήν ἀπολύτρωση ἀκολουθώντας τό μονοπάτι του; καί αὐτό δέν εἶναι ἕνα εἶδος ἐπιθυμίας; Ἐπιπλέον, εἶναι ψυχολογικῶς δυνατόν γιά τόν ἀνθρώπινο νοῦ νά ξεκολλήσει τελείως τόν ἑαυτό του ἀπό τόν κανονικό του τομέα ἐμπειρίας χωρίς πρῶτα νά ἀγκυροβολήσει σέ ἕναν ἄλλο πιό ἀνώτερο; Εἶναι ἕνα παγκόσμιο χαρακτηριστικό τοῦ ἀνθρώπου τό ὅτι ψάχνει νά βρεῖ συγγένεια μέ κάτι ἄλλο ἀπό τόν ἑαυτό του. Αὐτός εἶναι ὁ νόμος τῆς ζωῆς του καί ἡ πηγή ὅλων τῶν μεγάλων ἐπιτευγμάτων του. Τό παιδί εἶναι δεμένο στά παιχνίδια του καί ὁ ἐνήλικος στήν οἰκογένεια καί στήν κοινωνία. Ὅπως στήν περίπτωση ἑνός παιδιοῦ, δέν μπορεῖτε νά τό στερήσετε ἀπό τά παιχνίδια του χωρίς νά τό βλάψετε ὡσότου νά τά ξεπεράσει

ψυχολογικῶς, ἔτσι καί τό νά περιμένετε ὁ σαντάκ νά παρατήσει τήν προσκόλλησή του στήν οἰκογένεια καί στήν κοινωνία χωρίς πρῶτα νά τά ξεπεράσει μέ τό νά ἀνακαλύψει κάτι ἀνώτερο καί πλατύτερο, τοῦ κόβετε τή ρίζα τῆς ζωῆς. Αὐτό δέ θά φέρει πρόοδο ἀλλά ὀπισθοδρόμηση, γιατί ὁ ἄνθρωπος πού τό κάνει ὡς μιά πειθαρχία ποῦ τοῦ ἐπιβάλλεται ἐπιτυγχάνει μόνο στό νά καταπιέσει τίς φυσικές του ἐπιθυμίες. Τό ἀποτέλεσμα θά εἶναι ὄχι ἡ ἀνύψωση τῆς συνειδητότητας ἀλλά τό μούδιασμα καί ἡ ἀτροφία της, ὄχι μή προσκόλληση ἀλλά ἀδιαφορία. Αὐτό, ὅπως τό σημειώνει ὁ κύριος Τ. Σ. Ἔλλιοτ, «διαφέρει τελείως» καί ἀπό τήν «προσκόλληση» καί ἀπό τήν «μή προσκόλληση», μοιάζοντας:

> *... μέ τά ἄλλα ὅπως ὁ θάνατος μοιάζει μέ τή ζωή, καθώς εἶναι μεταξύ δύο ζωῶν — χωρίς ν' ἀνθίζει, κάτι μεταξύ νεκροῦ καί ζωντανοῦ.*

Ἡ πειθαρχία τῆς Κάρμα Γιόγκα εἶναι ἀναγκαία, ἀλλά γιά νά ἐκπληρώσει τό σκοπό της πρέπει νά συμπληρωθεῖ ἀπό μιά ἄλλη πειθαρχία ἑνός ἐσωτερικοῦ εἴδους, χωρίς τήν ὁποία τείνει νά περιορίσει τόν ἑαυτό της σέ μιά μάταιη προσπάθεια σά νά θέλει νά σηκώσει κανείς τόν ἑαυτό του ἀπό τά κορδόνια τῶν παπουτσιῶν του.

Ὅσο γιά τόν Τζνάνα γιόγκι, ἡ τζνάνα μπορεῖ πράγματι νά τόν φέρει πολύ μακριά. Μπορεῖ νά τόν πάει πάνω ἀπό τό χοντρό φυσικό ἐπίπεδο, στά πνευματικά ἐπίπεδα. Ἀλλά μπορεῖ ἡ τζνάνα νά τόν πάει πάνω ἀπό τόν ἑαυτό της; Καί ἄν ἡ τζνάνα, πού ὅπως εἴδαμε, εἶναι μιά ἀπό τίς κόσα πού περικλείουν τό ἄτμαν, ἄν καί εἶναι πολύ ἐκλεπτισμένη, πῶς μπορεῖ τότε νά δώσει στήν ψυχή ἀπόλυτη ἐλευθερία; Ἡ τζνάνα εἶναι βοήθεια καί ὅμως μπορεῖ νά ἀποδειχτεῖ ὅτι εἶναι ἐμπόδιο. Ἔχει, χωρίς ἀμφιβολία, τή δύναμη νά ἀπαλάξει τήν ψυχή ἀπό ὅλα τά ἐμπόδια πού εἶναι χοντρότερα ἀπό αὐτή τήν ἴδια, ἀλλά ἅμα φτάσει ὥς ἐκεῖ τείνει νά ἐμποδίσει τήν μετέπειτα πρόοδο. Καί ἐφόσον δέν ἀνήκει στήν ἀληθινή οὐσία τῆς ψυχῆς, στό Ἀπόλυτο, δέν μπορεῖ νά εἶναι τελείως πάνω ἀπό τόν τομέα τοῦ *Κάλα* ἤ τοῦ Χρόνου. Οἱ μύστες ξεχωρίζουν τά δύο βασίλεια

τοῦ χρόνου, *Κάλα* καί *Μαχακάλα*, μέ αὐτόν τόν τρόπο: τό πρῶτο ἐκτείνεται πάνω ἀπό τό φυσικό κόσμο καί τίς λεπτότερες περιοχές πού εἶναι ἀμέσως πάνω ἀπό αὐτόν, ἐνῶ τό δεύτερο ἐκτείνεται σέ ὅλες τίς ἀνώτερες περιοχές πού δέν εἶναι ἀπό ἁγνό πνεῦμα. Λοιπόν, αὐτό πού ἐπιτυχαίνει ὁ τζνάνι μπορεῖ νά εἶναι ἔξω ἀπό τά ὅρια τοῦ χρόνου ὅπως ἐμεῖς συνήθως τόν ἀντιλαμβανόμαστε *(Κάλα)*, ἀλλά δέν εἶναι τελείως πάνω ἀπό τά ὅρια τοῦ μεγαλύτερου χρόνου *(μάχακαλα)*. Δέ χρειάζεται νά ὑποδείξουμε ὅτι αὐτό πού εἶναι ἀληθινό γιά τήν Τζνάνα Γιόγκα εἶναι ἐπίσης ἀληθινό καί γιά ἐκεῖνα τά συστήματα γιόγκα πού ἐξαρτιοῦνται ἀπό τίς πρανικές ἐνέργειες. Καί αὐτές ἐπίσης δέν εἶναι τῆς ἀληθινῆς φύσης τοῦ Ἄτμαν, καί γι' αὐτό δέν μποροῦν νά Τό ὁδηγήσουν σέ μιά κατάσταση Ἀπόλυτης Ἁγνότητας, πάνω ἀπό τό βασίλειο τῆς σχετικότητας.

Ἐκτός τήν ἀνικανότητά της νά ἐξασφαλίσει ἀπόλυτη ἐλευθερία, ἡ Τζνάνα Γιόγκα δέν εἶναι ἕνα μονοπάτι προσιτό στόν κοινό ἄνθρωπο. Ἀπαιτεῖ ἐξαιρετικές διανοητικές δυνάμεις καί σθένος πού λίγοι τό ἔχουν. Ἦταν γιά νά ἀντιμετωπιστεῖ αὐτή ἡ δυσκολία, καθώς καί αὐτή πού παρουσιάζει ἡ Κάρμα Γιόγκα ὅταν ἀσκεῖ κανείς μόνο αὐτή, πού ἡ Μπάκτι Γιόγκα ἦρθε σέ προεξέχουσα θέση. Αὐτός πού κανονικά δέν θά ἦταν ἱκανός νά ἀποκολλήσει τόν ἑαυτό του ἀπό τόν κόσμο οὔτε θά εἶχε τίς διανοητικές δυνάμεις νά ἀναλύσει τόν ἀληθινό Ἑαυτό ἀπό τόν μή ἀληθινό θά μποροῦσε μέ τή δύναμη τῆς ἀγάπης νά πηδήξει ἤ νά γεφυρώσει τό χάσμα καί νά φτάσει τό στόχο. Ἀλλά πῶς μπορεῖ ὁ ἄνθρωπος νά ἀγαπᾶ αὐτό πού δέν ἔχει οὔτε μορφή οὔτε σχῆμα; Λοιπόν ὁ μπάκτα ἀγκυροβολεῖ στήν ἀγάπη κάποιου *Ἴστ - ντέβα*, κάποιας ὁρισμένης ἐκδήλωσης τοῦ Θεοῦ. Ἀλλά μέ τό ξεπέρασμα αὐτῆς τῆς πρακτικῆς δυσκολίας ἐκθέτει τόν ἑαυτό του στούς ἴδιους περιορισμούς μέ τόν Τζνάνι. Ἡ Ἴστ - ντέβα πού ἔχει διαλέξει, ἀπό τήν ἴδια της τή φύση, ἀντιπροσωπεύει ἕνα περιορισμό πάνω στό Ἀνώνυμο καί Ἄμορφο Ἀπόλυτο. Καί ἄν ἀκόμη ὁ μπάκτα φτάσει τό ἐπίπεδο αὐτῆς τῆς ἐκδήλωσης, μπορεῖ αὐτό τό περιορισμένο ὄν νά τόν πάει πάνω ἀπό τόν ἑαυτό του σ' αὐτό πού εἶναι χω-

ρίς περιορισμούς; Μιά μελέτη τῆς ζωῆς τῶν διαπρεπῶν ἐκθετῶν αὐτοῦ τοῦ συστήματος διευκρινίζει αὐτό τό σημεῖο. Ὁ Ραμανούτζα, ὁ πολύ γνωστός μύστης τοῦ Μεσαίωνα, ἀπότυχε νά καταλάβει τά διδάγματα τοῦ προγενεστέρου του, τοῦ Σανκάρα. Αὐτός ἀκολούθησε αὐτό πού εἶναι γνωστό στήν Ἰνδική φιλοσοφία ὡς σχολή τῆς *βασίστ ἀντβάιτα*, δηλ., ὅτι τό Ἄτμαν μπορεῖ νά φτάσει τόν Ἰσουάρ (τό Θεό ὡς τόν ἐκδηλωμένο Δημιουργό τοῦ Σύμπαντος), καί μπορεῖ νά μουσκευτεῖ μέ κοσμική συνειδητότητα ἀλλά δέν μπορεῖ ποτέ νά γίνει ἕνα μέ Αὐτόν. Τί νά ποῦμε λοιπόν γιά τό φτάσιμο τοῦ Θεοῦ ὡς τόν Ἀνεκδήλωτο, Ἀνώνυμο Μπραχμάν; Ἡ ἐμπειρία τοῦ Σρί Ραμακρίσνα, στή δική μας ἐποχή, δείχνει φανερά ἀκόμη μιά φορά αὐτόν τόν περιορισμό. Αὐτός ἦταν πάντοτε ἕνας λάτρης τῆς Θείας Μητέρας καί αὐτή τόν εὐλογοῦσε συχνά μέ τήν ὀπτασία της. Ἀλλά αὐτός πάντοτε τήν ἀντιλαμβανόταν ὡς κάτι ἄλλο ἀπό τόν ἑαυτό του, ὡς μιά δύναμη ἔξω ἀπό τόν ἑαυτό του καί ὡς μιά δύναμη πού γιά τή λειτουργία της θά μποροῦσε νά γίνει συχνά τό μέσο, ἀλλά στήν ὁποία δέν μποροῦσε νά βυθιστεῖ. Ὅταν ὕστερα συνάντησε τόν Τοταπούρι, ἕναν ἀντβάιτα σανιάσιν, συνειδητοποίησε ὅτι πρέπει νά πάει πάνω ἀπό αὐτό τό στάδιο, σέ ἕνα στάδιο ὅπου δέν ὑπῆρχε κανένα ὄνομα οὔτε μορφή καί ὅπου ὁ Ἑαυτός καί ὁ Ὑπερεαυτός γινόταν ἕνα. Ὅταν προσπάθησε νά μπεῖ σέ μιά τέτοια κατάσταση ἀνακάλυψε ὅτι τά προηγούμενά του ἐπιτεύγματα ἔγιναν ἐμπόδιο παρ' ὅλες του τίς προσπάθειες. Αὐτός μᾶς λέει:

> Δέν μποροῦσα νά ξεπεράσω τό βασίλειο τοῦ ὀνόματος καί τῆς μορφῆς καί νά φέρω τό νοῦ μου στήν ἀπόλυτη κατάσταση. Δέν εἶχα καμιά δυσκολία στό νά ἀποσύρω τό νοῦ μου ἀπό ὅλα τά ἀντικείμενα ἐκτός ἀπό ἕνα, καί αὐτό ἦταν ἡ τόσο γνωστή μορφή τῆς Μακάριας Μητέρας — ἀκτινοβόλα καί τῆς οὐσίας τῆς ἁγνῆς συνειδητότητας — πού ἐμφανιζόταν μπροστά μου σάν μιά ζωντανή πραγματικότητα καί δέν μοῦ ἐπέτρεπε νά ξεπεράσω τό βασίλειο τοῦ ὀνόματος καί τῆς μορφῆς. Ξανά καί ξανά προσπάθησα νά συγκεντρώσω τό νοῦ

μου στά διδάγματα τῆς 'Αντβάιτα, ἀλλά κάθε φορά ἡ μορφή τῆς Μητέρας στεκόταν στό δρόμο μου. 'Απελπισμένος εἶπα στόν "γυμνό" (στό Διδάσκαλό του Τοταπούρι): «Δέν ὑπάρχει ἐλπίδα. Δέν μπορῶ νά ὑψώσω τό νοῦ μου στήν ἀπόλυτη κατάσταση καί νά ἔρθω πρόσωπο μέ πρόσωπο μέ τό Ἄτμαν». Ταράχτηκε καί εἶπε κοφτά: «Τί! δέν μπορεῖς νά τό κάνεις; καί ὅμως πρέπει». Ἔριξε τό βλέμμα του τριγύρω ψάχνοντας γιά κάτι καί βρίσκοντας ἕνα κομμάτι γυαλιοῦ τό μάζεψε ἀπό κάτω καί πιέζοντας τήν κόχη του μεταξύ τῶν φρυδιῶν μου εἶπε: «Συγκέντρωσε τό νοῦ σου σ' αὐτό τό σημεῖο». Τότε μέ αὐστηρή ἀποφασιστικότητα κάθισα ξανά σέ διαλογισμό καί μόλις ἐμφανίστηκε μπροστά μου ἡ χαριτωμένη μορφή τῆς Θείας Μητέρας, μεταχειρίστηκα τή διάκρισή μου σάν ἕνα σπαθί καί μέ αὐτή τή χώρισα στά δύο. Δέν ἀπόμεινε πιά κανένας φραγμός στό νοῦ μου, πού πέταξε κατευθείαν πάνω ἀπό τό ἐπίπεδο τῆς σχετικότητας καί βυθίστηκα σέ Σαμάντι. *

Εἶναι λοιπόν σαφές ὅτι ἐνῶ ὁ μπάκτα μπορεῖ νά πάει πολύ μακριά πνευματικῶς, μπορεῖ νά διευρύνει τή συνειδητότητά του, νά ἀποκτήσει θαυματουργές δυνάμεις, καί ἀγκυροβολημένος μέσα σέ μιά ἀνώτερη ἀγάπη νά ὑψωθεῖ πάνω ἀπό τήν ἀγάπη αὐτοῦ τοῦ κόσμου, εἶναι ὅμως ἀδύνατο γι' αὐτόν νά πάει πάνω ἀπό τό ἐπίπεδο τοῦ "ὀνόματος καί τῆς μορφῆς", καί γι' αὐτό καί τῆς σχετικότητας. Μπορεῖ νά βυθιστεῖ στή θεώρηση τῆς Θεότητας μέ τίς καταπληκτικές ἰδιότητές Της, ἀλλά δέν μπορεῖ νά ἔχει τήν ἐμπειρία Της στήν *Νιργκούνα* καί τήν *'Ανάμι*, τήν «'Απόλυτη» καί τήν «'Ανώνυμη», κατάστασή της. Μπορεῖ νά αἰσθανθεῖ τόν ἑαυτό του μουσκεμένο μέ Κοσμική Συνειδητότητα, ἀλλά ἔρχεται σ' αὐτόν ὡς κάτι ἔξω ἀπό τόν ἑαυτό του, ὡς ἕνα δῶρο χάρης, καί δέν εἶναι ἱκανός νά βυθιστεῖ μέσα σ' Αὐτή καί νά γίνει ἕνα μέ τόν 'Ωκεανό τοῦ Εἶ-

---

* *«'Αφηγήσεις τοῦ Σρί Ραμακρίσνα»* (Μιλαπόρ - Μαντράς 1954), σελίδα 313.

ναι. Ἄν γυρέψει νά φτάσει αὐτή τήν κατάσταση, τό κατόρθωμά του ὡς μπάκτα ἀντί νά τόν βοηθήσει γιά νά προχωρήσει τείνει νά τόν ἐμποδίσει καί νά τοῦ φράξει τό δρόμο.

Τά δύο πράγματα πού προκύπτουν ἀπό μιά ἐξέταση τῶν λαϊκῶν μορφῶν τῆς γιόγκα πού ἀναπτύχτηκαν μετά τόν Πατάντζαλι εἶναι: πρῶτο, ὅτι ἡ ψυχή μπορεῖ νά ὑψωθεῖ πάνω ἀπό τή φυσική συνειδητότητα, ἄν τῆς δοθεῖ τό μέσο νά συγκεντρώσει τήν ἐνέργειά της χωρίς νά καταφύγει στόν κοπιαστικό ἔλεγχο τῶν πράνα, καί δεύτερο ὅτι ἡ πλήρης πνευματική πραγματοποίηση ἤ τό ἀληθινό σαμάντι δέν εἶναι ἁπλῶς θέμα τοῦ νά ὑπερβοῦμε τό φυσικό σῶμα (ἄν καί αὐτό εἶναι ἀναγκαῖο ὡς πρῶτο βῆμα), ἀλλά εἶναι τό τέλος ἑνός πολύπλοκου ἐσωτερικοῦ ταξιδιοῦ στό ὁποῖο ὑπάρχουν πολλοί ἐνδιάμεσοι σταθμοί πού τό ἐπίτευγμά τους, κάτω ἀπό ὁρισμένες συνθῆκες, μπορεῖ λαθεμένα νά θεωρηθεῖ ὡς ὁ τελικός στόχος καί ἔτσι μπορεῖ νά ἐμποδίσει τήν μετέπειτα πρόοδο. Τό πρόβλημα πού παρουσιάζεται ἐμπρός στόν εἰλικρινή ἀναζητητή ὅταν ἀντιμετωπίζει μιά τέτοια κατάσταση εἶναι τό νά ἀνακαλύψει ἕνα ἄλλο μέσο ἀπό αὐτό τῶν πράνα, τῆς τζνάνα ἤ τῆς μπάκτι μιᾶς Ἰστ - ντέβα, ἔτσι ὥστε ὄχι μόνο νά καταστήσει τά πνευματικά ρεύματα ἱκανά νά ἐλευθερωθοῦν ἀπό τά τωρινά φυσικά δεσμά τους, ἀλλά ἐπίσης νά καταστήσει τήν ψυχή ἱκανή νά τραβηχτεῖ ἐπάνω ἀνεμπόδιστη, ἀπό τό ἕνα πνευματικό ἐπίπεδο στό ἄλλο· ὡσότου νά ὑπερβεῖ τελείως ὅλα τά βασίλεια τῆς σχετικότητας, τοῦ *νάαμ* καί *ρούπ*, τοῦ *κάλα* καί *μάχακαλα*, καί νά φτάσει στό στόχο της: στήν ἕνωση μέ τό Ἀνώνυμο καί τό Ἄμορφο Ἕνα.

Τό Ἠχητικό Ρεῦμα

Εἶναι σχετικά μέ αὐτό τό πρόβλημα πού ἡ Σούρατ Σάμπτ Γιόγκα, ἤ ἡ γιόγκα τοῦ οὐράνιου Ἠχητικοῦ Ρεύματος, προσλαβαίνει τή μοναδική της σπουδαιότητα. Αὐτοί πού ἔχουν ἀποκτήσει πλήρως τή γνώση αὐτῆς τῆς γιόγκα διδάσκουν ὅτι τό Ἀπόλυτο, ἄν καί ἐλεύθερο ἀπό ἰδιότητες στήν πρωταρχι-

κή του κατάσταση, προβάλλει τόν ἑαυτό του σέ μορφή καί προσλαβαίνει δύο πρωταρχικές ἰδιότητες: Φῶς καί Ἦχο. Δέν εἶναι ἁπλῶς τυχαῖο, μᾶς δηλώνουν, τό ὅτι στήν ἀποκαλυπτική λογοτεχνία ὅλων τῶν μεγάλων θρησκειῶν ὑπάρχουν συχνές ἀναφορές γιά τό «Λόγο» πού κρατᾶ μιά κεντρική θέση μέσα στό σχέδιό τους. Στό Εὐαγγέλιο ἔχουμε:

> *Ἐν ἀρχῇ ἦτο ὁ Λόγος καί ὁ Λόγος ἦτο παρά τῷ Θεῷ, καί ὁ Θεός ἦτο ὁ Λόγος.*
>
> **ΚΑΤΑ ΙΩΑΝΝΗ**

Στίς ἀρχαῖες Ἰνδικές γραφές διαβάζουμε ἐπανειλημμένως γιά τό *Ὦμ (Ἀούμ)*, τόν ἱερό Λόγο πού διαπερνᾶ τά τρία βασίλεια τοῦ μπχούρ, μπχούβα καί σουάχ (δηλ. τό φυσικό, τό ἀστρικό καί τό αἰτιατό).

Ἐπίσης ὁ Νανάκ λέει:

> *Ἡ γῆ καί ὁ οὐρανός δέν εἶναι τίποτα ἄλλο παρά Σάμπτ (Λόγος).*
> *Ἀπό τόν Σάμπτ μονάχα γεννήθηκε τό φῶς,*
> *Ἀπό τόν Σάμπτ μονάχα ἔγινε ἡ δημιουργία.*
> *Ὁ Σάμπτ εἶναι ὁ οὐσιαστικός πυρήνας μέσα σέ ὅλα.*
> *Ὁ Σάμπτ εἶναι ὁ διευθύνοντας πράκτορας τοῦ Θεοῦ, καί ἡ αἰτία ὅλης τῆς δημιουργίας.*
>
> **ΠΡΑΜΠΧΑΤΙ**

Οἱ Μουσουλμάνοι Σούφι ὁμολογοῦν:

> *Ἡ Δημιουργία ἦρθε σέ ὕπαρξη ἀπό τόν Σώτ (Ἦχο ἤ Λόγο) καί ἀπό τόν Σώτ ξεχύθηκε τό φῶς.*
>
> **ΣΑΜΑΣ ΤΑΜΠΡΙΖ**

> *Τό Μεγάλο Ὄνομα εἶναι αὐτή ἡ ἴδια ἡ οὐσία καί ἡ ζωή ὅλων τῶν ὀνομάτων καί τῶν μορφῶν. Ἡ ἐκδηλωμένη του μορφή συγκρατεῖ τή δημιουργία·*
> *Εἶναι ὁ μεγάλος ὠκεανός τοῦ ὁποίου ἐμεῖς εἴμαστε ἁπλῶς καί μόνο τά κύματα,*
> *Μόνο αὐτός πού εἶναι ἔμπειρος τῆς πειθαρχίας μας μπορεῖ νά τό καταλάβει αὐτό.*
>
> **ΑΜΠΝΤΟΥΛ ΡΑΖΑΚ ΚΑΣΙ**

Ὁ Μωυσής ἄκουσε τίς ἐντολές τοῦ Θεοῦ μέσα σέ βροντή καί φλόγα, ἐνῶ καί στήν Ζωροαστρική καί στήν Ταοϊκή σκέψη ὑπάρχουν ἐπίσης ἀναφορές γιά τό «Δημιουργικό Λόγο», τό «Θεῖο Φῶς», καί γιά τό «Χωρίς λόγια Λόγο» τό σιωπηλό Λόγο.

Μερικοί σπουδασμένοι λόγιοι ἤ θεολόγοι στούς μετέπειτα χρόνους, ἐξαιτίας τῆς περιορισμένης τους ἐμπειρίας, ἔχουν ἐξηγήσει αὐτές τίς περιγραφές ὡς ἀναφορές μέ μεταφορική ἔννοια, διανοητικῆς διαφώτισης ἤ διαφώτισης τῆς διαίσθησης. Μέ μιά βαθύτερη ἐξέταση θά βροῦμε ὅτι μιά τέτοια περίπτωση εἶναι ἀβάσιμη,. Ὁ ὅρος *«Λόγος»* ὅπως τόν χρησιμοποιοῦν οἱ Ἕλληνες, οἱ Ἑβραῖοι καί οἱ Εὐρωπαῖοι, μπορεῖ νά διαστραφεῖ καί νά σημαίνει "λογική" ἤ "διαταγή" καί "φῶς", μπορεῖ ἀκόμη νά ἔχει πάρει τήν ἔννοια μόνο νοητικῆς διαφώτισης, ἀλλά τά ἀντίστοιχά της σέ ἄλλη θρησκευτική λογοτεχνία — *νάντ, οὐντζίτ, ἄκας - μπάνι, σάμπτ, νάαμ, σώτ, μπάνγκ - ι - Ἰλάχι, νίντα - ι - ἀσμάνι, σραόσα, τάο καί τζιότι, πρακάς, τατζάλλι, νούρ -ι- γιαζντάνι,* κ.τ.λ., ἀρνοῦνται νά κάνουν μιά τέτοια παρωδία στήν ἀρχική τους μυστικιστική ἔννοια. Καί ἐπίσης, μερικοί προφῆτες ἔχουν ἀναφέρει τήν πραγματική τους ἔννοια κατά ἕνα τέτοιο τρόπο πού δέν μπορεῖ νά ὑπάρξει κανένα περιθώριο γιά διφορούμενα ἤ θέση γιά ἀμφιβολία ὅ,τι ἀναφέρεται δέν εἶναι παραστατική ἔκφραση κοινῆς νοητικῆς ἐμπειρίας, ἀλλά ὑπερβατική ἐσωτερική ἀντίληψη. Λοιπόν, στήν Ἀποκάλυψη τοῦ Ἁγίου Ἰωάννου ἔχουμε:

> *Οἱ ὀφθαλμοί Αὐτοῦ ὡς φλόξ πυρός... ἡ φωνή Αὐτοῦ ὡς φωνή ὑδάτων πολλῶν... ἡ ὄψις Αὐτοῦ ἔλαμπεν ὡς ὁ ἥλιος λάμπει ἐν τῇ δυνάμει αὐτοῦ...*
> *Καί ἤκουσα φωνήν ἐκ τοῦ οὐρανοῦ ὡς φωνήν ὑδάτων πολλῶν, καί ὡς φωνήν βροντῆς μεγάλης· καί ἤκουσα φωνήν κιθαρωδῶν οἵτινες ἐκιθάριζον μέ τάς κιθάρας αὐτῶν.*

Ἐνῶ οἱ Οὐπανισάδες μᾶς λένε:

> *Πρῶτα οἱ ἦχοι πού μουρμουρίζουν καί πού μοιάζουν μ' αὐτούς τῶν κυμάτων τοῦ ὠκεανοῦ, τῆς βρο-*

χῆς πού πέφτει καί μετά τό κελάρυσμα τῶν ρυακιῶν, καί μετά ἀπό αὐτά ἀκούγεται τό μπχέρβι, ἀνακατωμένο μέ τούς ἤχους τῆς καμπάνας καί τοῦ ὄστρακου.

ΝΑΝΤ ΜΠΙΝΤ ΟΥΠΑΝΙΣΑΔΑ

Ὁ Προφήτης Μωάμεθ ἄκουσε οὐράνια μουσική πού βαθμιαῖα ἔλαβε τή μορφή τοῦ Γαβριήλ καί μετατράπηκε σέ λόγια· ἐνῶ ὁ Μπάχα Οὐλλάχ διηγεῖται:

> Μυριάδες γλῶσσες μυστικιστῶν βρίσκουν ἔκφραση σέ μιά ὁμιλία καί μυριάδες ἀπό τά κρυμμένα Του μυστήρια ἀποκαλύπτονται σέ μιά μόνο μελωδία· ὅμως ἀλίμονο, δέν ὑπάρχει κανένα αὐτί οὔτε καρδιά γιά νά καταλάβει!
>
> Τύφλωσε τά μάτια σου, γιά νά μπορέσεις νά δεῖς τήν Ὀμορφιά Μου, καί βούλωσε τά αὐτιά σου γιά νά μπορέσεις νά ἀκούσεις τή γλυκειά μελωδία τῆς Φωνῆς Μου.

Αὐτές οἱ ἀναφορές τοῦ Φωτός καί Ἤχου, λένε οἱ Διδάσκαλοι τῆς Σούρατ Σάμπτ Γιόγκα, δέν εἶναι εἰκονικές ἀλλά κυριολεχτικές, καί δέν ἀναφέρονται στά ἐξωτερικά φῶτα ἤ ἤχους αὐτοῦ τοῦ κόσμου, ἀλλά σέ ἐσωτερικά ὑπερβατικά. Αὐτοί διδάσκουν ὅτι ὁ ὑπερβατικός Ἦχος καί τό ὑπερβατικό Φῶς εἶναι οἱ πρωταρχικές ἐκδηλώσεις τοῦ Θεοῦ ὅταν Αὐτός προβάλλει τόν Ἑαυτό Του σέ δημιουργία. Στήν Ἀνώνυμη κατάστασή Του Αὐτός δέν εἶναι οὔτε φῶς οὔτε σκοτάδι, οὔτε ἦχος οὔτε σιωπή, ἀλλά ὅταν Αὐτός προσλαβαίνει σχῆμα καί μορφή, ἀναφαίνεται Φῶς καί Ἦχος ὡς οἱ πρωταρχικές Του ἰδιότητες.

Αὐτή ἡ πνευματική δύναμη, ὁ Λόγος, *τό Νάαμ,* ἡ *Κάλμα* ἤ ὁ Θεός σέ δράση, εἶναι ὑπεύθυνη γιά ὅλα ὅσα ὑπάρχουν, καί τά φυσικά σύμπαντα πού ἐμεῖς ξέρουμε δέν εἶναι τά μοναδικά πού Αὐτός ἔχει δημιουργήσει. Ἔφερε σέ ὕπαρξη μυριάδες περιοχές καί μυριάδες δημιουργίες πάνω ἀπό τή φυσική. Πράγματι τό ὅλο εἶναι ἕνα μεγάλο ἀχανές ἀπεριόριστο σχέδιο στό

ὁποῖο ὁ Θετικός πόλος *(Σάτσ Κχάντ* ἤ *Σάτ Λόκ)* εἶναι ἕνα ἐπίπεδο ἁγνοῦ, καθαροῦ πνεύματος, ἐνῶ ὁ Ἀρνητικός πόλος *(Πίντ)* εἶναι ἀπό χοντρή φυσική ὕλη ἡ ὁποία εἶναι γνωστή σέ μᾶς σ' αὐτό τό ἐπίπεδο. Μεταξύ τῶν δύο ὑπάρχουν ἀμέτρητα ἐπίπεδα, τά ὁποῖα, αὐτοί πού ἔχουν ταξιδέψει ἀπό τή μιά ἄκρη μέχρι τήν ἄλλη, συχνά τά διαιροῦν σέ τρία ξεχωριστά ἐπίπεδα σύμφωνα μέ τήν ἰσορροπία τῶν Θετικο - πνευματικῶν καί Ἀρνητικο - ὑλικῶν δυνάμεων σέ κάθε ἐπίπεδο.

Οἱ Διδάσκαλοι διδάσκουν ὅτι ἡ μία συνεχής ἀρχή πού συνδέει ὅλα αὐτά τά ἐπίπεδα ἀπό τό ἁγνό πνεῦμα ὡς τή χοντρή ὕλη εἶναι ἡ ἀρχή τοῦ φλογισμένου ἤχου ἤ τῆς ἠχητικῆς φλόγας. Ὁ Λόγος ἤ *Σάμπτ* καθώς κατεβαίνει προσλαβαίνει μιά μεταβαλλόμενη πυκνότητα ἀπό πνευματικο - ὑλικές δυνάμεις. Οἱ μύστες μιλοῦν γιά τό πορφυρό φῶς καί τό φῶς τοῦ μεσημεριοῦ ἤ τό φῶς τῆς δύσης τοῦ ἥλιου, καί ἀναφέρουν γιά τούς ἤχους ἀπό φλογέρες, ἅρπες, βιολιά, ὄστρακα, βροντές, καμπάνες, τοῦ νεροῦ πού κυλᾶ κ.τ.λ., ἀλλά ἄν καί ἐκδηλώνεται διαφορετικά στά διάφορα ἐπίπεδα ὅμως ὁ *Σάμπτ* ὁ Ἴδιος παραμένει σταθερός στόν Ἑαυτό Του.

Ὅπως ἕνας ποταμός, πού πηγάζει ἀπό τή χιονισμένη κορυφή ἑνός πανύψηλου βουνοῦ καί κυλᾶ πρός τή θάλασσα, παθαίνει πολλές ἀλλαγές: τῆς κοίτης, τοῦ σχήματος, τῆς κίνησης καί τῆς ἐμφάνισης, καί ὅμως τά νερά του παραμένουν τά ἴδια.

Ἄν μποροῦσε κανείς νά ἀνακαλύψει αὐτό τό ἀκουστό ρεῦμα ζωῆς μέσα στόν ἑαυτό του, ἄν μποροῦσε κανείς νά ἀνακαλύψει τήν κατώτατη ἄκρη του, θά μποροῦσε νά τή χρησιμοποιήσει σάν μονοπάτι πού ὁδηγεῖ ἀναπόφευκτα στήν πηγή του. Τά ρεύματα μπορεῖ σέ ὁρισμένα σημεῖα νά περνοῦν ἀπό στενά καί ἀπό χείμαρρους, ἀλλά παρ' ὅλα αὐτά εἶναι ὁ πιό σίγουρος δρόμος γιά τό πρός τά πάνω ταξίδι. Ὅσο ἀπόκρημνη κι' ἄν εἶναι μιά πλαγιά, τά νερά θά ἔχουν χαράξει ἕνα δρομάκι καί θά ἔχουν σκαλίσει ἕνα πέρασμα, καί αὐτός πού θά ἐπωφεληθεῖ ἀπό τήν καθοδήγησή τους ποτέ δέ θά ἀποτύχει στό νά βρεῖ ἕνα δρόμο. Καί ἀφοῦ αὐτό τό ρεῦμα τοῦ *Νάαμ* ἤ τοῦ Λό-

γου πηγάζει ἀπό τό *Ἀνάαμ* ἤ τό Χωρίς Λόγο, αὐτός πού κρατιέται γερά ἀπό Αὐτό θά φτάσει ἀναπόφευκτα στό σημεῖο τῆς ἐκκίνησης, ὑπερβαίνοντας τό ἕνα ἐπίπεδο μετά τό ἄλλο, τό καθένα διαφορετικῆς σχετικότητας, ὡσότου φτάσει σ' αὐτή τήν ἴδια τήν πηγή τοῦ ὀνόματος καί τῆς μορφῆς· καί ἀπό κεῖ νά βυθιστεῖ μέσα σ' Αὐτό πού δέν ἔχει οὔτε ὄνομα οὔτε μορφή.

Οἱ ἀκρογωνιαῖοι λίθοι

Τό Ἠχητικό Ρεῦμα, χωρίς ἀμφιβολία, προσφέρει στόν ἄνθρωπο τόν πιό σίγουρο δρόμο, γιά νά φτάσει ἀπό τή μορφή στό Χωρίς Μορφή, ἀλλά γεννιέται ἡ ἐρώτηση: πῶς μπορεῖ ὁ ἄνθρωπος νά εἰσχωρήσει σ' Αὐτό καί ἔτσι νά πραγματοποιήσει τό ἐσωτερικό του ταξίδι; Αὐτοί πού γνωρίζουν καλά αὐτό τό μονοπάτι πάντοτε ἰσχυρίζονται ὅτι ὑπάρχουν τρεῖς ὅροι πού πρέπει νά ἐκπληρωθοῦν προτοῦ νά μπορέσει κανείς νά ἐπιτύχει σ' αὐτή τήν πιό ἀληθινή ἀπό ὅλες τίς γιόγκα.

Σατγκουρού: Ὁ πρῶτος ὅρος εἶναι τό νά βρεῖ κανείς ἕνα Σατγκουρού ἤ ἕνα ἀληθινό διδάσκαλο πού εἶναι εἰδήμονας σ' αὐτή τή μυστικιστική ἐπιστήμη. Τό θέμα εἶναι ἕνα θέμα πρακτικῆς αὐτό - πραγματοποίησης, ὄχι φιλολογικῆς διατριβῆς ἤ διαίσθησης. Ἄν ἦταν ἁπλῶς καί μόνο θέμα θεωρίας, τότε τά βιβλία καί οἱ γραφές θά ἦταν ἀρκετά γιά τό σκοπό μας, καί ἄν ἦταν ἁπλῶς καί μόνο θέμα αἰσθήματος τότε ὁ καθένας θά μποροῦσε νά ἐμπιστευτεῖ τίς ὑποκινήσεις τοῦ νοῦ του. Ἀλλά τό θέμα πού ἀντιμετωπίζουμε εἶναι τό νά ξεκλειδώσουμε μιά «ἕκτη» αἴσθηση, μιά αἴσθηση ἀπευθείας ὑπερβατικῆς ἀντίληψης ἐσωτερικῆς ἀκοῆς καί ὅρασης. Ἕνας πού γεννιέται τυφλός καί κουφός μπορεῖ, μέ τή βοήθεια τοῦ συστήματος Μπραίηλ, νά μάθει τίς πιό λεπτομερεῖς ἐκθέσεις τῶν πλούσιων καί ποικίλων ἀκουστικο - ὀπτικῶν ἐμπειριῶν τοῦ ἀνθρώπου, ἀλλά ἡ μελέτη του δέν μπορεῖ ποτέ νά τοῦ δώσει ἀπευθείας ἐμπειρία. Τό περισσότερο πού μπορεῖ νά πάρει ἀπό τά βιβλία εἶναι νά συνειδητοποιήσει ἕνα ἐκτεταμένο ἐπίπεδο

ἐμπειρίας τελείως πάνω ἀπό τίς δυνάμεις του, καί αὐτό μπορεῖ νά τοῦ δώσει τήν ὤθηση νά ἀνακαλύψει μέσα μέ τά ὁποῖα νά μπορέσει νά ξεπεράσει τούς φυσικούς του περιορισμούς. Μόνο ὁ πεπειραμένος χειροῦργος ἤ γιατρός μπορεῖ νά κάνει τή θεραπεία (βεβαίως ἄν ἡ ἀρρώστια του θεραπεύεται). Καί ἄν πέσει στά χέρια ἑνός τσαρλατάνου, ἡ κατάστασή του θά γίνει χειρότερη καί πιό περίπλοκη.

Κατά τόν ἴδιο τρόπο, ὁ ἀναζητητής πού ἐπιθυμεῖ ἐσωτερική πνευματική κυριότητα πρέπει νά γυρέψει τή βοήθεια ἑνός πού ἔχει ἤδη κάνει καί γνωρίζει τό δρόμο. Ὅλο τό διάβασμα τῶν γραφῶν, καί ὅλος του ὁ συλλογισμός δέν μποροῦν παρά μόνο νά τόν ὁδηγήσουν σέ ἕνα μοναδικό συμπέρασμα, δεδομένου ὅτι εἶναι ἀρκετά εὐαίσθητος γιά νά καταλάβει αὐτό τό θέμα: τήν ἀνάγκη ἑνός ζωντανοῦ Διδασκάλου. Χωρίς ἕναν τέτοιο Διδάσκαλο δέν μπορεῖ οὔτε κάν νά καταλάβει τήν ἀληθινή σημασία τῶν ἀποκαλυπτικῶν γραφῶν. Αὐτές μιλοῦν γιά ἐμπειρίες πάνω ἀπό τό δικό του ἐπίπεδο ἐμπειρίας καί ἀκόμη καί στή γλώσσα του δέν μποροῦν νά μιλήσουν παρά μεταφορικῶς καί μέ παραβολές, γιατί πῶς μπορεῖ οἱ ὁμιλίες τοῦ τυφλοῦ νά ἐκφράσουν κατευθεῖαν αὐτό πού ἕνας ἄλλος βλέπει; Τό νά προσπαθήσει κανείς νά ἐξηγήσει τήν πλούσια πνευματική κληρονομιά πού ὑπάρχει μέσα στή θρησκευτική μας λογοτεχνία μόνο μέ ὅρους τῆς δικῆς μας περιορισμένης ἐμπειρίας μπορεῖ νά ὁδηγήσει σέ διαστροφή τῆς ἀληθινῆς ἔννοιας. Μπορεῖ νά ἀποκτήσουμε πολύ μεγάλη ψυχολογική σοφία, ἀλλά θά χάσουμε τήν ἐσωτερική ἔννοια, καί ὅλη μας ἡ διανοητική θεωρία θά μᾶς φέρει σέ ἀτέλειωτες θεολογικές ἀντιφάσεις μέ τίς ὁποῖες οἱ διάφορες συστηματοποιημένες θρησκεῖες εἶναι παραφορτωμένες σήμερα.

Μόνο ἕνας πού εἶχε ὁ ἴδιος τήν ἐμπειρία αὐτῶν πού περιγράφουν οἱ μεγάλες γραφές, μπορεῖ νά μᾶς ὁδηγήσει στήν πραγματική τους σημασία. Ἀλλά τό ἔργο ἑνός πνευματικοῦ διδασκάλου δέν τελειώνει ἐκεῖ. Ἡ ἐξήγηση τῆς ἀληθινῆς σημασίας τῆς θρησκείας δέν εἶναι παρά τό πρῶτο βῆμα. Μετά πού ὁ ἀναζητητής ἔχει καταλάβει τή φύση τοῦ στόχου του,

πρέπει νά τόν ἀκολουθήσει πρακτικῶς καί λογικῶς. Ἄλλο εἶναι τό νά γνωρίζει κανείς καί τελείως ἄλλο πράγμα τό νά κάνει. Μόνο μετά πού θά ἐξηγήσει στόν ἀναζητητή τό στόχο πού πρέπει νά φτάσει ἀρχίζει τό πραγματικό ἔργο τοῦ Διδασκάλου. Δέν εἶναι ἀρκετό τό νά κάνει ὁ γιατρός μόνο τή διάγνωση γιά τήν αἰτία τῆς ἀρρώστιας τοῦ τυφλοῦ ἀνθρώπου, πρέπει νά ἐκτελέσει καί τήν ἐγχείρηση ἐπίσης. Ἔτσι καί ὁ πνευματικός ὁδηγός τήν ὥρα τῆς μύησης δίνει στό μαθητή μιά πρῶτο χέρι ἐμπειρία τοῦ ἐσωτερικοῦ Φωτός καί Ἤχου. Τόν βάζει σέ ἐπαφή μέ τό Θεῖο Ρεῦμα, ἄς εἶναι καί στό κατώτατό του ἐπίπεδο, καί τόν καθοδηγεῖ στίς σάντνα πού πρέπει νά ἀκολουθήσει γιά νά στερεώσει καί νά ἀναπτύξει αὐτή τήν ἐσωτερική ἐμπειρία στήν πλήρη ἔκτασή της.

Αὐτός πού μπορεῖ νά βρεῖ ἕναν τέτοιο διδάσκαλο εἶναι πραγματικά εὐλογημένος. Ἀλλά τό νά ἀνακαλύψει κανείς ἕναν τέτοιο διδάσκαλο καί νά μυηθεῖ ἀπό αὐτόν δέν εἶναι ἀρκετό. Ἡ σπερματική πνευματική ἐμπειρία πού δίνει πρέπει νά ἀνατραφεῖ καί νά ἀναπτυχθεῖ στό σημεῖο τῆς πλήρους πνευματικῆς ἀπάνθισης. Γιά νά γίνει ἱκανός νά τό κάνει αὐτό, πρέπει κανείς νά παραδεχτεῖ ὁτιδήποτε μαθαίνει καί νά προσπαθεῖ νά τό βάλλει σέ πρακτική. Τό νά γνωρίζει κανείς ἕναν τέτοιο ἄνθρωπο εἶναι τό νά τόν ἀγαπᾶ, καί τό νά τόν ἀγαπᾶ εἶναι τό νά ἀκολουθεῖ τίς ἐντολές του. Ὡσότου νά μπορέσει κανείς νά ἀγαπᾶ καί νά ὑπακούει κατ' αὐτόν τόν τρόπο, καί ἔτσι νά ἀλλάξει τή ζωή του, τό δῶρο τοῦ Γκουροῦ παραμένει σάν ἕνας σπόρος κλειδωμένος μακριά μέσα σέ ἕνα ἀτσάλινο ὑπόγειο ὅπου δέν μπορεῖ νά βλαστήσει καί νά καρποφορήσει.

Σάντακαρ: Εἶναι ἡ ἀνάγκη τῆς αὐτο - πειθαρχίας πού κάνει τή σάντακαρ νά εἶναι ὁ δεύτερος ἀκρογωνιαῖος λίθος τοῦ σχεδίου. Ἡ λέξη *σάντακαρ* δέν εἶναι εὔκολο νά ἐξηγηθεῖ. Μπορεῖ κανείς νά βρεῖ πολλές λέξεις ἰσοδύναμες κατά γράμμα, ἀλλά καμιά ἀπό αὐτές δέν ἐκφράζει πραγματικά τήν πλατιά καί πολύπλευρη σημασία της. Μέ λίγα λόγια, ἀντιπροσωπεύει τήν καλή καί ἁγνή ζωή. Δέν περιλαβαίνει κανένα αὐστηρό κανόνα ἤ καθορισμένο ἠθικό τύπο, ἀλλά ὑποδηλώνει ἁγνότητα

καί ἁπλότητα πού ἀκτινοβολοῦν ἀπό μέσα καί ἐκτείνονται πρός τά ἔξω διαπερνώντας κάθε πράξη, κάθε λόγο καί κάθε σκέψη. Ἀφορᾶ τόσο τίς προσωπικές συνήθειες ἑνός ἀνθρώπου, νά εἶναι καλές καί ὑγιεινές, ὅσο καί τά ἀτομικά καί κοινωνικά του ἤθη. Καί στήν πλευρά τῆς ἠθικῆς, δέν ἀφορᾶ ἁπλῶς καί μόνο τή σχέση τοῦ ἀνθρώπου πρός τούς συνανθρώπους του ἀλλά καί πρός ὅλα τά ζωντανά πράγματα, δηλ. τήν ἁρμονία, πού εἶναι τό ἀποτέλεσμα τῆς ἀναγνώρισης ὅτι ὅλα τά πράγματα εἶναι ἀπό τήν ἴδια Οὐσία, ἔτσι ἕνα σκουλήκι εἶναι ἕνα μέρος τοῦ Μπραχμάν, τόσο, ὅσο καί ὁ Ἴντρα, ὁ πιό ἰσχυρός ἀπό τούς θεούς.

Τό πρῶτο μάθημα πού διδάσκεται ἀπό ἕναν ἀληθινό Γκουρού εἶναι αὐτό τῆς «ταυτότητας τῆς οὐσίας», καί αὐτός πού ἔχει καταλάβει αὐτή τήν ἀλήθεια θά πειθαρχήσει τή ζωή του σύμφωνα μέ αὐτή. Αὐτός δέ θά εἶναι θύμα ὑπερβολικῶν ἐπιθυμιῶν, καί ὁ μοναδικός του σκοπός, θά εἶναι νά φτάσει τό ἀκίνητο σημεῖο πού κρατᾶ μέσα στόν ἑαυτό του ὅλες τίς πράξεις, τό σημεῖο ὅπου τό νά μήν ἔχει κανείς τίποτα εἶναι τό νά κατέχει τά πάντα. Αὐτός θά ξέρει ὅτι τό μοναδικό μονοπάτι πού ὁδηγεῖ στήν ἐκπλήρωση εἶναι μέσο τῆς αὐταπάρνησης, καί ὁ μοναδικός δρόμος γιά νά φτάσει κανείς τόν Παντοδύναμο εἶναι μέ τό νά ἐλευθερώσει τόν ἑαυτό του ἀπό ὅλες τίς ἄλλες προσκολλήσεις:

Γιά νά φτάσεις νά βρίσκεις εὐχαρίστηση στά πάντα,
Νά ἐπιθυμεῖς νά μή βρίσκεις εὐχαρίστηση σέ τίποτα,
Γιά νά φτάσεις νά κατέχεις τά πάντα,
Νά ἐπιθυμεῖς νά μήν κατέχεις τίποτα.
Γιά νά φτάσεις νά εἶσαι τά πάντα,
Νά ἐπιθυμεῖς νά εἶσαι τίποτα.

ΑΓΙΟΣ ΙΩΑΝΝΗΣ ΤΟΥ ΣΤΑΥΡΟΥ

Καθάρισε τό διαμέρισμα τῆς καρδιᾶς σου
Γιά νά μπορέσει νά μπεῖ ὁ Ἀγαπημένος σου.

ΤΟΥΛΣΙ ΣΑΧΙΜΠ

Ἐκεῖ ὅπου δέν ὑπάρχει τίποτα, ἐκεῖ ὑπάρχει ὁ Θεός.

ΟΥ. ΜΠ. ΓΗΤΣ

Ἐλευθερωμένος ἀπό τό δαιμόνιο τῆς ἐπιθυμίας *(κάμα)*, θά ἔχει ἐλευθερωθεῖ καί ἀπό τό δαιμόνιο τῆς ὀργῆς *(κρόντχ)*, πού ἀκολουθεῖ τή ματαίωση τῆς ἐπιθυμίας. Ἀπελευθερωμένος ἀπό αὐτά, θά ἔχει ἐπίσης ἐλευθερωθεῖ καί ἀπό τήν ἀπληστία *(λόμπχ)*, τήν προσκόλληση *(μόχ)* καί τήν ὑπερηφάνεια *(ἄχανκαρ)*, πού δέν εἶναι παρά οἱ προεκτάσεις τῆς ἐπιθυμίας.

Ἡ ζωή του θά εἶναι μιά ζωή χωρίς προσκόλληση ἤ μιά ζωή *νισκάμα*. Ἀλλά ἡ μή προσκόλληση δέ θά εἶναι γι' αὐτόν μιά ζωή ἀδιαφορίας ἤ ἀσκητικῆς αὐταπάρνησης. Τό νά γνωρίσει κανείς ὅλη τή ζωή εἶναι τό νά ἀνακαλύψει ἕνα καινούργιο δεσμό μεταξύ τοῦ ἑαυτοῦ του καί τῆς ὑπόλοιπης δημιουργίας. Αὐτός πού γνωρίζει αὐτό δέν μπορεῖ νά εἶναι ἁπλῶς "ἀδιάφορος." Ἀναγκαστικά, πρέπει νά εἶναι γεμάτος μέχρι ξεχειλίσματος μέ συμπάθεια γιά ὅ,τι ἀντιμετωπίζει, καί ἡ συμπάθεια πρός τό σύνολο πρέπει νά προϋποθέτει μιά κάποια ἱερή ἀδιαφορία πρός τό μέρος. Αὐτός δέ θά εἶναι πιά δεμένος στά δικά του στενά ἀτομικά ἐνδιαφέροντα, ἀλλά θά μοιράζεται τήν ἀγάπη του καί τά εἰσοδήματά του μέ ὅλους. Θά ἀναπτύξει, σιγά ἀλλά σταθερά, κάτι ἀπό τή φυλευσπλαχνία τοῦ Βούδα καί τήν ἀγάπη τοῦ Χριστοῦ. Οὔτε ὅμως θά αἰσθάνεται τήν ἐσωτερική ὤθηση νά ἐγκαταλείψει τόν κόσμο γιά τή μοναξιά τοῦ δάσους, τοῦ βουνοῦ, ἤ τῆς σπηλιᾶς στήν ἔρημο. Ἡ μή προσκόλληση πρέπει νά εἶναι ἐσωτερική, καί αὐτός πού δέν μπορεῖ νά τήν κατορθώσει στό σπίτι του δέ θά τήν κατορθώσει οὔτε στό δάσος. Θά ἀναγνωρίσει τή μεγάλη ἀνάγκη σποραδικῶν ἀπομακρύνσεων ἀπό τίς ἐγκόσμιες ἐργασίες καί φροντίδες πρός τή σιωπή μοναχικῶν διαλογισμῶν καί αὐτοσυγκέντρωσης, ἀλλά δέ θά ἐπιδιώξει νά ξεφύγει ἀπό τή ζωή καί τίς εὐθύνες της. Θά εἶναι ἕνας ἀγαπητός σύζυγος καί ἕνας καλός πατέρας, ἀλλά ἐνῶ θά εἶναι ὅλα αὐτά δέ θά ξεχάσει ποτέ τόν τελικό σκοπό τῆς ζωῆς, ξέροντας πάντοτε πῶς θά δώσει στόν Καίσαρα αὐτό πού ἀνήκει στόν Καίσαρα, καί νά διαφυλάξει

γιά τό Θεό αὐτό πού ἀνήκει στό Θεό. Θά ξέρει, ὅτι ὁ τρόπος γιά νά ὑπερβοῦμε τήν ἐπιθυμία, δέν εἶναι μέ τό νά τήν καταπιέσουμε ἀλλά μέ τό νά τήν ἀντιμετωπίσουμε καί νά τήν ξεπεράσουμε. Γι' αὐτόν, ἡ *σανιάσα* δέν εἶναι θέμα ἐξωτερικῆς διαφυγῆς ἤ δραπέτευσης ἀλλά ἐσωτερικῆς ἀπελευθέρωσης, μιά ἰδέα πού ἐκφράζεται ὡραῖα ἀπό τόν Νανάκ ὡς ἑξῆς:

Ἡ ἱκανοποίηση νά εἶναι τά σκουλαρίκια σου,
Καί ἡ προσπάθεια γιά τό Θεῖο καί ὁ σεβασμός γιά τόν ἀνώτερο Ἑαυτό τό δισάκι σου,
Καί ὁ συνεχής διαλογισμός σ' Ἐκεῖνον ἡ τέφρα σου,
Ἡ προάσκηση γιά τό θάνατο νά εἶναι ὁ μανδύας σου,
Καί νά εἶναι τό σῶμα σου ὅπως μιᾶς ἁγνῆς παρθένας.
Καί τά διδάγματα τοῦ Διδασκάλου σου νά εἶναι τό στήριγμά σου.

ΤΖΑΠ ΤΖΙ

Οἱ δύο θεμελειώδεις ἀρετές πού θά καλλιεργεῖ ἕνας τέτοιος ἄνθρωπος θά εἶναι ἡ φιλανθρωπία καί ἡ ἁγνότητα. Θά εἶναι μεγαλόκαρδος καί γενναιόδωρος, ἐνδιαφερόμενος περισσότερο γιά τή δυστυχία τῶν ἄλλων παρά γιά τή δική του, καί θά συγχωρεῖ εὔκολα αὐτούς πού τόν βλάπτουν. Θά εἶναι ἁπλός καί περιορισμένος στίς συνήθειές του. Οἱ ἀνάγκες του θά εἶναι λίγες καί θά ἱκανοποιοῦνται εὔκολα, γιατί ἕνας πού ἔχει πάρα πολλές ἐπιθυμίες καί πάρα πολλές προσκολλήσεις δέν μπορεῖ νά εἶναι ἁγνός στήν καρδιά. Γι' αὐτόν ἡ ἁγνότητα θά φτάνει μέχρι ἀκόμη καί νά σταματήσει τό κρέας καί τό ποτό. Ὅταν ὅλη ἡ ζωή εἶναι μία, τό νά ζεῖ κανείς μέ τή σάρκα ἄλλων ζωντανῶν ὄντων μιαίνει τόν ἑαυτό του. Καί ὅταν ὁ σκοπός του εἶναι τό νά φτάσει σέ ἀκόμη ἀνώτερα βασίλεια συνειδητότητος, τό νά καταφεύγει κανείς στά ναρκωτικά καί τά μεθυστικά ποτά φέρνει ἁπλῶς τό ἀντίθετο ἀποτέλεσμα. Δέν εἶναι ἡ ἰδιοσυγκρασία τῶν Ἰνδῶν προφητῶν πού τούς ἔκανε νά θεωρήσουν τήν ἀποχή ἀπό τό κρέας καί τά ποτά ἕνα αναγ-

καῖο τμῆμα τῆς πνευματικῆς πειθαρχίας. Ἔχουμε παρόμοιες προτροπές καί μέσα στό Κοράνιο καί στήν Ἱερή Βίβλο. Στίς παροιμίες 23:20 ἔχουμε:

Μή ἔσο μεταξύ οἰνοποτῶν, μεταξύ κρεοφάγων ἀσώτων.

Καί στήν πρός Ρωμαίους Ἐπιστολή 14:21:

Καλόν εἶναι τό νά μή φάγῃς κρέας, μηδέ νά πίῃς οἶνον, μηδέ νά πράξῃς τι εἰς τό ὁποῖον ὁ ἀδελφός σου προσκόπτει ἤ σκανδαλίζεται ἤ ἀσθενεῖ.

Καί στήν Α! πρός Κορινθίους 6:13:

Τά φαγητά εἶναι διά τήν κοιλίαν, καί ἡ κοιλία διά τά φαγητά· πλήν ὁ Θεός καί ταύτην καί ταῦτα θέλει καταργήσει· τό δέ σῶμα δέν εἶναι διά τήν πορνείαν, ἀλλά διά τόν Κύριον, καί ὁ Κύριος διά τό σῶμα.

Στό κατά Ἰωάννη Εὐαγγέλιο τῶν Ἐσσαίων (σέ κατευθείαν μετάφραση ἀπό τήν Ἀραμαϊκή τῶν καθαρῶς πραγματικῶν λόγων τοῦ Ἰησοῦ), ἔχουμε:

Ἀλλά αὐτοί (οἱ μαθητές) Τοῦ ἀπάντησαν: «Ποῦ θά πρέπει νά πᾶμε, Διδάσκαλε,... γιατί τά λόγια σου εἶναι τά λόγια τῆς αἰώνιας ζωῆς. Πές μας, ποιές εἶναι οἱ ἁμαρτίες πού πρέπει νά ἀποφεύγουμε, ὥστε νά μήν ξαναδοῦμε ποτέ πιά ἀρρώστια»;

Ὁ Ἰησοῦς ἀπάντησε: «Ἄς γίνει ἔτσι σύμφωνα μέ τήν πίστη σας», καί κάθησε κάτω μεταξύ τους, λέγοντας:

«Λεγόταν σ' αὐτούς τόν παλιό καιρό: "Νά τιμᾶς τόν Οὐράνιο Πατέρα σου καί τή γήινη Μητέρα σου, καί νά ἀκολουθεῖς τίς ἐντολές τους, ὥστε οἱ μέρες σου πάνω στή γῆ νά εἶναι πολλές". Καί ἀμέσως μετά δόθηκε αὐτή ἡ ἐντολή: "Μή φονέψεις", γιατί ἡ ζωή δόθηκε σέ ὅλους ἀπό τό Θεό, καί αὐτό πού ὁ Θεός ἔχει δώσει ἄς μήν τό ἀφαιρέσει ὁ ἄνθρωπος. Γιατί ἀλήθεια σᾶς λέω, ἀπό μιά Μητέρα προέρχονται ὅλα πού ζοῦν πάνω στή γῆ. Γι'

αὐτόν τό λόγο, αὐτός πού σκοτώνει, σκοτώνει τόν ἀδελφό του. Καί αὐτόν ἡ Μητέρα Γῆ θά τόν ἐγκαταλείψει καί θά τόν ἀποκόψει ἀπό τά ζωογόνα στήθια της. Καί οἱ ἄγγελοί της θά τόν ἀποφεύγουν, καί ὁ Σατανᾶς θά κάνει κατοικία του τό σῶμα του. Καί ἡ σάρκα τῶν σφαγμένων ζώων θά γίνει μέσα στό σῶμα του ὁ δικός του τάφος. Γιατί ἀλήθεια σᾶς λέω, αὐτός πού σκοτώνει, σκοτώνει τόν ἑαυτό του, καί αὐτός πού τρώει τή σάρκα τῶν σφαγμένων ζώων, τρώει ἀπό τό σῶμα τοῦ θανάτου... Καί ὁ θάνατός τους θά γίνει θάνατός του... Γιατί τό ἀντίτιμο τῆς ἁμαρτίας εἶναι ὁ θάνατος. Μή σκοτώνετε, οὔτε νά τρῶτε τή σάρκα τοῦ ἀθώου θύματός σας, γιά νά μή γίνεται οἱ σκλάβοι τοῦ Σατανᾶ. Γιατί αὐτό εἶναι τό μονοπάτι τοῦ πόνου, καί ὁδηγεῖ στό θάνατο. Ἀλλά κάνετε τό Θέλημα τοῦ Θεοῦ ὥστε οἱ ἄγγελοί Του νά σᾶς ὑπηρετοῦν στό δρόμο τῆς ζωῆς. Ὑπακούετε, λοιπόν, τά λόγια τοῦ Θεοῦ: «Ἰδού, σᾶς ἔδωκα πάντα χόρτον κάμνοντα σπόρον, ὅστις εἶναι ἐπί τοῦ προσώπου πάσης τῆς γῆς, καί πᾶν δένδρον τό ὁποῖον ἔχει ἐν ἑαυτῷ καρπόν δένδρου κάμνοντος σπόρον· ταῦτα θέλουσιν εἶσθαι εἰς ἐσᾶς πρός τροφήν· καί εἰς πάντα τά ζῶα τῆς γῆς, καί εἰς πάντα τά πετεινά τοῦ οὐρανοῦ, καί εἰς πᾶν ἑρπετόν ἕρπον ἐπί τῆς τῆς γῆς, καί ἔχον ἐν ἑαυτῷ ψυχήν ζῶσαν, ἔδωκα πάντα χλωρόν χόρτον εἰς τροφήν». Ἐπίσης τό γάλα κάθε πλάσματος, πού κινεῖται καί ζεῖ ἀπό αὐτό θά εἶναι τροφή γιά σᾶς, ἀκόμη ὅπως ἔδωσα σ' αὐτά τά πράσινα χόρτα, ἔτσι δίνω τό γάλα τους σέ σᾶς. Ἀλλά σάρκα, καί τό αἷμα πού τή ζωογονεῖ, σεῖς δέν πρέπει νά τρῶτε».

Καί ὁ Ἰησοῦς συνέχισε: «Ὁ Θεός ἔδωσε ἐντολή στούς προγόνους σας: "Νά μή σκοτώνετε". Ἀλλά ἡ καρδιά τους σκλήρυνε καί σκότωναν. Τότε ὁ Μωϋσῆς θέλησε τουλάχιστον αὐτοί νά μή σκοτώνουν ἀνθρώπους, καί τούς ἐπέτρεψε νά σκοτώνουν κτήνη. Ἀλλά ἐγώ σᾶς λέω: Νά μή σκοτώνετε οὔτε ἀνθρώπους, οὔτε

κτήνη, οὔτε ἀκόμη καί τό φαγητό πού βάζετε μέσα στό στόμα σας. Γιατί ἄν τρῶτε ζωντανή τροφή, αὐτή θά σᾶς ζωογονήσει, ἀλλά ἄν σκοτώνετε τήν τροφή σας, ἡ νεκρή τροφή θά σκοτώσει καί σᾶς ἐπίσης. Γιατί ἡ ζωή ἔρχεται μόνο ἀπό ζωή, καί ὁ θάνατος ἔρχεται πάντα ἀπό θάνατο. Γιατί κάθε πράγμα πού σκοτώνει τήν τροφή σας, σκοτώνει καί τά σώματά σας ἐπίσης. Καί κάθε πράγμα πού σκοτώνει τά σώματά σας σκοτώνει καί τίς ψυχές σας ἐπίσης. Καί τά σώματά σας γίνονται ὅ,τι εἶναι καί ἡ τροφή σας, καθώς ἐπίσης καί τά πνεύματά σας, παρόμοια, γίνονται ὅτι εἶναι καί οἱ σκέψεις σας».

Μαζί μέ τήν ἁγνότητα στήν τροφή καί στό ποτό εἶναι καί ἕνα ἄλλο εἶδος ἁγνότητας, αὐτή πού ἀνήκει στό σέξ. Δέ θά καταπιέσει κανείς κάθε σεξουαλική ἐπιθυμία, γιατί ἡ καταπίεση μπορεῖ νά φέρει μόνο νεύρωση καί νά προετοιμάσει τό δρόμο πρός τήν πτώση, ἀλλά θά ἐπιδιώκει πάντοτε νά τήν μετουσιώνει. Θά καταλάβει ὅτι ὁ σκοπός τῆς φύσης σ' αὐτό τό ἔνστικτο εἶναι νά διατηρήσει τό εἶδος καί θά τό κατευθύνει ἔτσι ὥστε νά ἐκπληρώσει αὐτόν τό σκοπό, χωρίς ποτέ νά τό κάνει σκοπό αὐτό τό ἴδιο, μιά πηγή φυσικῆς εὐχαρίστησης, γιατί ὅταν γίνεται ἔτσι, τότε αὐτό γίνεται ἕνα ναρκωτικό πού ἀναισθητεῖ τό πνεῦμα καί ἀρχίζει νά ματαιώνει τό σκοπό τῆς φύσης πού εἶναι ἡ ἀναπαραγωγή, ἐνθαρρύνοντας τήν ἐφεύρεση καί τή χρήση τῶν ἀντισυλληπτικῶν.

Μέ λίγα λόγια, ὁ εἰλικρινής καί εὐσυνείδητος ἀναζητητής θά ἀλλάξει τελείως τόν τρόπο τῆς ζωῆς του, στό φαγητό καί στό πιοτό, στή σκέψη, στή δράση, στά αἰσθήματα κ.τ.λ. Θά ξεριζώσει σιγά σιγά ἀπό τό νοῦ του ὅλες τίς ἄσχετες καί τίς ἀνθυγιεινές ἐπιθυμίες, ὡσότου φτάσει βαθμιαῖα στήν κατάσταση τῆς ἁγνότητας καί τῆς ἁπλότητας πού χαρακτηρίζει τό παιδί.

> *Ἀληθῶς σᾶς λέγω, ἐάν δέν ἐπιστρέψητε, καί γείνητε ὡς τά παιδία, δέν θέλετε εἰσέλθει εἰς τήν βασιλείαν τῶν οὐρανῶν.*
>
> **ΚΑΤΑ ΜΑΤΘΑΙΟ 18:3**

Όλοι οἱ θρησκευτικοί δάσκαλοι σέ ὁλόκληρο τόν κόσμο δίνουν μεγάλη ἔμφαση στίς ἀνώτερες ἠθικές ἀξίες, καί αὐτές, πράγματι, ἀποτελοῦν τή βάση τῶν διδαγμάτων τους. Ἕνας ἀληθινός Διδάσκαλος πάντοτε ἐπιμένει στό νά καταγράφει κανείς τά παραπτώματα τῆς ἡμέρας στή σκέψη, στό λόγο καί στήν πράξη, στά: ὄχι - βιαιότητα, φιλαλήθεια, ἁγνότητα, παγκόσμια ἀγάπη καί ἀνιδιοτελή ἐξυπηρέτηση πρός ὅλους, τίς πέντε θεμελιώδεις ἀρετές πού ἀνοίγουν τό δρόμο γιά τήν πνευματικότητα. Μόνο ἡ γνώση τῶν λαθῶν μας μπορεῖ νά μᾶς κάνει νά τά ξεριζώσουμε καί νά ἀγωνιστοῦμε πρός τή σωστή κατεύθυνση.

Σέ ὅλη τή διάρκεια αὐτῆς τῆς διαδικασίας τῆς παλινόρθωσης, θά ἐμπνέεται ἀπό τό παράδειγμα τοῦ Διδασκάλου του καί ἀπό τήν ἐσωτερική ἐμπειρία πού αὐτός δίνει. Ἡ ζωή τοῦ Διδασκάλου του θά εἶναι μιά ζωντανή διαθήκη πού τοῦ γνέφει πρός τό ἰδανικό τῆς σαντακάρ, καί ἡ ἐμπειρία πού ἔχει τοῦ Λόγου ἐσωτερικῶς θά εἶναι ἡ ἀπόδειξη τῆς ἀλήθειας αὐτῶν πού διδάσκει ὁ Διδάσκαλός του. Ἡ σαντακάρ δέν εἶναι μιά στεγνή πειθαρχία πού μπορεῖ νά τήν κατορθώσει κανείς ἀκολουθώντας ὁρισμένους καθιερωμένους κανόνες. Εἶναι ἕνας τρόπος ζωῆς, καί σ' αὐτά τά θέματα μόνο καρδιά πρός καρδιά μπορεῖ νά μιλήσει. Αὐτό εἶναι πού κάνει τό Σάτσανγκ, ἤ τό σύνδεσμο μέ ἕνα ἀληθινό Διδάσκαλο, νά εἶναι τόσο σπουδαῖο. Αὐτό ὄχι μόνο ἐξυπηρετεῖ γιά νά θυμίζει στόν ἀναζητητή τό στόχο πού πρέπει νά φτάσει ἀλλά μέ τή μαγική ἐπικοινωνία τῆς προσωπικῆς ἐπαφῆς, σιγά σιγά ἀλλάζει τελείως τόν τρόπο πού αὐτός σκέπτεται καί αἰσθάνεται. Καθώς ἡ καρδιά καί ὁ νοῦς του, μέ αὐτή τήν ἀγαθή ἐπίδραση, γίνονται βαθμιαῖα ἁγνότερα, ἡ ζωή του ὅλο καί πιό πολύ ἔχει ὡς κέντρο τό θεῖο. Μέ λίγα λόγια, καθώς αὐτός ὅλο καί περισσότερο συνειδητοποιεῖ στήν πράξη τό ἰδανικό τῆς σαντακάρ, οἱ σκέψεις του, πού τώρα εἶναι διασπαρμένες καί σκορπισμένες, θά ἰσορροπήσουν καί θά γίνουν ἀκέραιες, ὡσότου θά φτάσουν σέ ἕνα τέτοιο ὀξύ σημεῖο συγκέντρωσης πού τό πέπλο ἀπό τό ἐσωτερικό σκοτάδι καίγεται καί γίνεται στάκτη καί ἡ ἐσωτερική δό-

ξα ἀποκαλύπτεται.

Σάντνα: Καί τώρα ἐρχόμαστε στόν τρίτο ἀκρογωνιαῖο λίθο τοῦ πνευματικοῦ οἰκοδομήματος, αὐτόν τῆς πνευματικῆς σάντνα ἤ πειθαρχίας. Τό θέμα πού ἐπαναλαμβάνεται συνεχῶς ἀπό ἕναν *πουράν γκουρού* ἤ τέλειο διδάσκαλο, εἶναι ὅτι ἡ καλή ζωή, ἄν καί πολύ ἐπιθυμητή καί ἀπαραίτητη, δέν εἶναι ὁ τελικός σκοπός αὐτή ἡ ἴδια. Ὁ σκοπός τῆς ζωῆς εἶναι κάτι τό ἐσωτερικό καί τό διαφορετικό. Εἶναι μιά ἄνοδος ἀπό τό ἐπίπεδο τῆς σχετικότητας καί τῆς φυσικῆς ὕπαρξης σ' αὐτό τοῦ Ἀπόλυτου Ὄντος. Αὐτός πού τό ἀναγνωρίζει αὐτό θά διαμορφώσει τή ζωή του σύμφωνα μέ αὐτό, πρῶτο, γιατί μιά τέτοια ἀναγνώριση προϋποθέτει μιά κατάσταση τοῦ νοῦ, πού, ἀπελευθερωμένος ἀπό τόν ἐγωισμό καί τήν προσκόλληση, ἐκφράζει τόν ἑαυτό του σέ ἐνάρετη καί δημιουργική δράση· καί δεύτερο, γιατί χωρίς νά καλλιεργήσει μιά τέτοια κατάσταση νοῦ καί ζωῆς δέν μπορεῖ κανείς νά φτάσει τήν ἰσορροπία καί τή συγκέντρωση πού ἀπαιτοῦνται γιά τήν ἐσωτερική ἄνοδο.

Λοιπόν αὐτό πού βασικά τονίζει μέ ἔμφαση ὁ φωτισμένος Διδάσκαλος εἶναι πάντοτε ὁ ὑπερβατικός στόχος. Αὐτός διδάσκει ὅτι ἡ ἐνέργεια τῶν πράνα καί τῆς βίτζιαν δέν εἶναι τῆς οὐσίας τοῦ Ἄτμαν, ἀλλά προέρχονται ἀπό ἐπίπεδα κατώτερα ἀπό αὐτά τοῦ ἁγνοῦ πνεύματος. Αὐτός πού θά τίς χρησιμοποιήσει σάν σκάλα μπορεῖ νά ὑπερβεῖ τή σωματική συνειδητότητα, μπορεῖ νά φτάσει τά ἐπίπεδα ἀπό ὅπου αὐτές προέρχονται, ἀλλά δέν μπορεῖ νά πάει πέρα ἀπό αὐτά. Ἀφοῦ τό πνεῦμα εἶναι ὅμοιο μέσα σέ ὅλους, τά μέσα πρός τήν πνευματική διαφώτιση πρέπει παρόμοια νά εἶναι εὐπρόσιτα σέ ὅλους. Ἀλλά, ὅπως εἴδαμε καί προηγουμένως, τέτοιοι τύποι γιόγκα πού βασίζονται στίς πράνα ἤ στήν τζνάνα ἔχουν ἰδιαίτερες ἀπαιτήσεις πού δέν μποροῦν νά τίς ἐκπληρώσουν ὅλοι. Τό σύστημα τῶν πράνα εἶναι πέρα ἀπό τίς δυνάμεις τῶν ἡλικιωμένων ἤ αὐτῶν τῆς τρυφερῆς ἡλικίας, καί ἐπίσης αὐτῶν πού ὑποφέρουν ἀπό ὁποιαδήποτε ἀναπνευστική ἤ πεπτική διαταραχή. Τό μονοπάτι τῆς τζνάνα προϋποθέτει νοητικές καί διανοητικές ἱκανότητες πού ἡ Φύση παρέχει μόνο σέ λίγους.

Ἄν αὐτοί οἱ τρόποι ἦταν πράγματι οἱ φυσικοί τρόποι πού εἶναι ἀνοιχτοί γιά μᾶς, τότε τό λογικό συμπέρασμα θά ἦταν ὅτι ἡ Φύση εἶναι πολύ μεροληπτική στίς εὐλογίες της, κάνοντας διάκριση μεταξύ τοῦ ἑνός ἀνθρώπου καί τοῦ ἄλλου. Γιατί, ἀφοῦ ὁ ἥλιος λάμπει γιά ὅλους, καί ὁ ἀέρας φυσᾶ γιά ὅλους, οἱ ἐσωτερικοί θησαυροί νά εἶναι προσιτοί μόνο στούς λίγους διαλεχτούς; Αὐτοί εἶναι καί γιά τούς μορφωμένους καί γιά τούς ἀμόρφωτους.

Τά συστήματα τῆς Γιόγκα πού κάνουν τέτοια διάκριση στήν ἐκλογή τῶν μαθητῶν τους, καί εἶναι τόσο ἀκριβῆ στήν ἄσκησή τους, δέν μπορεῖ νά εἶναι τελείως φυσικά. Ἡ μέθοδος πού διδάσκεται ἀπό τούς Διδασκάλους τῆς Σούρατ Σάμπτ Γιόγκα εἶναι διαφορετική. Ὅπως ἀναφέρθηκε προηγουμένως, ἐξηγεῖται στόν ἀναζητητή ἡ φύση τῆς δημιουργίας καί ὁ τρόπος τῆς ἐπιστροφῆς στήν ἀρχική πηγή τῆς ζωῆς. Τήν ὥρα τῆς μύησης, τοῦ δίνεται μιά πρῶτο χέρι ἐσωτερική ἐμπειρία πού διδάσκεται νά τήν ἀναπτύξει. Ἡ ἕδρα τῆς ψυχῆς εἶναι μεταξύ καί πίσω ἀπό τά φρύδια. Αὐτό τουλάχιστον τό παραδέχονται ὅλα τά συστήματα τῆς γιόγκα. Οἱ μύστες ἀναφέρουν γι' αὐτό τό σημεῖο ὅταν μιλοῦν γιά τό *σίβ νέτρα, ντίβια τσάκσου, τίσρα τίλ, Μπράχμ - ρέντρα, τριάμμπκα, τριλοτσάνα, νούκτα - ί - σουέντα, κόχ - ί - τούρ,* τό τρίτο μάτι, τό μοναδικό μάτι, πού μεταφορικῶς ὀνομάζεται τό ἀκίνητο σημεῖο, τό ὅρος τῆς μεταμόρφωσης κ.τ.λ. Εἶναι σ' αὐτό τό σημεῖο πού ὁ σαντάκ (ὁ μαθητής), ἔχοντας κλείσει τά μάτια του, πρέπει νά προσηλώσει τήν προσοχή του, ἀλλά ἡ προσπάθεια στήν αὐτοσυγκέντρωση πρέπει νά εἶναι μιά προσπάθεια χωρίς κόπο καί δέν πρέπει νά ὑπάρχει καμιά φυσική ἤ διανοητική ἔνταση. Γιά νά βοηθήσει αὐτή τήν προσπάθεια ὁ Διδάσκαλος δίνει στό μαθητή ἕνα *μάντρα,* ἤ ἕνα φορτισμένο τύπο λέξεων, πού εἶναι συμβολικός τοῦ ταξιδιοῦ πού ἔχει νά κάνει. Αὐτός ὁ τύπος λέξεων, ὅταν ἐπαναλαμβάνεται σιγά καί μέ ἀγάπη μέ τή σκέψη, βοηθᾶ τό μαθητή νά μαζέψει σιγά σιγά τίς διασκορπισμένες σκέψεις του σέ ἕνα μοναδικό σημεῖο. Αὐτό πού δίνει τή δύναμη σ' αὐτό τό μάντρα δέν εἶναι κανένα μαγικό πού

ὑπάρχει μέσα σ' αὐτά τά ἴδια τά λόγια, ἀλλά τό γεγονός ὅτι ἔχει δοθεῖ ἀπό ἕναν ὁ ὁποῖος, μέ τή δική του πνευματική ἄσκηση καί ἱκανότητα, τό ἔχει φορτίσει μέ ἐσωτερική δύναμη. Ὅταν ὁ ἀναζητητής, μέ τήν ἐσωτερική του αὐτοσυγκέντρωση καί μέ τήν νοητική ἐπανάληψη τῶν φορτισμένων λέξεων, ἔχει φέρει τό ἐσωτερικό του βλέμμα σέ ἕνα ἀκριβές καί σταθερό σημεῖο, θά δεῖ πώς τό ἐσωτερικό σκοτάδι πού ἀντιμετώπιζε στήν ἀρχή, φωτίζεται σιγά σιγά ἀπό ἄστατα σημεῖα φωτός. Καθώς οἱ δυνάμεις του τῆς αὐτοσυγκέντρωσης αὐξάνουν, τά φῶτα παύουν νά τρεμοσβύνουν καί ἀναπτύσσονται σέ ἕν μοναδικό ἀκτινοβόλο σημεῖο.

Αὐτή ἡ διαδικασία τῆς αὐτοσυγκέντρωσης, ἤ ἡ συνάθροιση τῆς *σούρατ*, αὐτομάτως τραβᾶ τά πνευματικά ρεύματα, πού κανονικά εἶναι διασκορπισμένα σέ ὁλόκληρο τό σῶμα, πρός τό πνευματικό κέντρο. Αὐτή ἡ ἀπόσυρση βοηθεῖται πολύ ἀπό τό *σιμράν* ἤ τήν ἐπανάληψη τοῦ φορτισμένου μάντρα· καί τό θέαμα τοῦ ἐσωτερικοῦ φωτός, ὁδηγώντας σέ *ντιάν* ἤ αὐτοσυγκέντρωση σέ ἕνα σημεῖο, ἐπιταχύνει τή διαδικασία ἀκόμη περισσότερο. Ἡ ντιάν, μέ τή σειρά της, ὅταν ἀναπτυχθεῖ τελείως, ὁδηγεῖ στό *μπατζάν* ἤ στήν ἐσωτερική ἀκοή. Τό ἐσωτερικό φῶς ἀρχίζει νά γίνεται ἠχητικό.

> *Μέσα σου ὑπάρχει Φῶς καί μέσα στό Φῶς ὁ Ἦχος, καί αὐτά θά σέ κρατήσουν προσκολλημένο στόν Ἀληθινό Ἕναν.*
>
> **ΓΚΟΥΡΜΠΑΝΙ**

Ὁ ἐξασκούμενος, ὅταν κλείνει τά φυσικά του αὐτιά, ἀπορροφᾶται ἀμέσως στή μουσική. Εἶναι κοινή ἐμπειρία ὅτι ἄν καί τό φῶς μπορεῖ νά αἰχμαλωτίσει τό μάτι, δέν μπορεῖ νά τό κρατήσει γιά πολλή ὥρα καί δέν ἔχει πολύ μαγνητική ἰδιότητα πάνω σ' αὐτό. Ἀλλά μέ τή μουσική εἶναι διαφορετικά. Αὐτός πού τήν ἀκούει μέ σιωπή καί ἀκινησία, σύρεται ἀσυγκράτητα, κατά κάποιο τρόπο, σ' ἕναν ἄλλο κόσμο, σ' ἕνα διαφορετικό βασίλειο ἐμπειρίας. Καί ἔτσι ἡ διαδικασία τῆς ἀπόσυρσης πού ἀρχίζει μέ σιμράν, προωθεῖται μέ τή ντιάν, καί γρήγορα ἐπεκτείνεται μέ τό μπατζάν. Τά πνευματικά ρεύματα, πού ἤδη κι-

νοῦνται σιγά, μεταφέρονται πρός τά πάνω, καί συναθροίζονται τελικά στό τρίτο μάτι — τήν ἕδρα τῆς ψυχῆς. Ἡ πνευματική ὑπέρβαση τῆς φυσικῆς συνειδητότητας, ἤ ὁ θάνατος "ἐν τῇ ζωῇ", κατορθώνεται ἔτσι μέ τήν ἐλάχιστη προσπάθεια καί κόπο.

Ὅταν οἱ μαθητές τῶν ἄλλων συστημάτων γιόγκα φτάσουν τήν κατάσταση τῆς τέλειας φυσικῆς ὑπέρβασης, ὕστερα ἀπό μιά μακριά καί ἀκριβή κυριαρχία τῶν κατώτερων τσάκρα, γενικῶς νομίζουν πώς ἔχουν φτάσει τό τέλος τοῦ ταξιδιοῦ τους. Τό ἐσωτερικό ἐπίπεδο στό ὁποῖο πηγαίνουν — τό βασίλειο τῆς Σαχασράρ ἤ Σάχασνταλ Καμάλ, πού συχνά συμβολίζεται μέ τήν ἡλιακή ρόδα, τό λωτό ἤ τό πολύφυλλο τριαντάφυλλο — εἶναι πράγματι ἀσύγκριτα πιό ὡραῖο ἀπό ὁτιδήποτε πάνω στή γῆ, καί σέ σύγκριση φαίνεται ἐκτός τοῦ χρόνου. Ἀλλά ὅταν ὁ μαθητής τῆς σούρατ Σάμπτ Γιόγκα ἐπιτυχαίνει νά ὑψωθεῖ πάνω ἀπό τή σωματική συνειδητότητα, βρίσκει τή Φωτεινή Μορφή τοῦ Διδασκάλου του νά περιμένει νά τόν ὑποδεχτεῖ χωρίς αὐτός νά τήν ἀναζητήσει. Πράγματι, εἶναι σ' αὐτό τό σημεῖο πού ἐγκαθιδρύεται ἡ ἀληθινή σχέση *Γκουροῦ - σίσια* ἤ Διδασκάλου καί μαθητῆ. Μέχρι αὐτό τό σημεῖο, ὁ Γκουρού δέν ἦταν τίποτε περισσότερο ἀπό ἕναν ἀνθρώπινο δάσκαλο, ἀλλά τώρα τόν βλέπει ὡς τό θεῖο ὁδηγό ἤ *Γκουρουντέβ*, πού δείχνει τόν ἐσωτερικό δρόμο:

> *Τά πόδια τοῦ Διδασκάλου μου ἐκδηλώθηκαν μέσα στό μέτωπό μου,*
> *Καί ὅλες μου οἱ περιπλανήσεις καί οἱ δυστυχίες τελείωσαν.*

ΓΚΟΥΡΟΥ ΑΡΤΖΑΝ.

> *Μέ τήν ἐμφάνιση τῆς Φωτεινῆς Μορφῆς τοῦ Διδασκάλου ἐσωτερικῶς,*
> *Κανένα μυστικό δέν παραμένει κρυμμένο μέσα στήν μήτρα τοῦ χρόνου.*

Καί ὁ Χριστός ἐπίσης μιλεῖ μέ τήν ἴδια ἔμφαση:

> *Δέν εἶναι οὐδέν κεκαλυμμένον, τό ὁποῖον δέν θέλει*

ἀνακαλυφθεῖ· καί κρυπτόν, τό ὁποῖον δέν θέλει γνωσθῇ.

ΚΑΤΑ ΜΑΤΘΑΙΟ (10:26)

Μέ τήν καθοδήγηση αὐτοῦ τοῦ Οὐράνιου Ὁδηγοῦ ἡ ψυχή μαθαίνει πῶς νά ὑπερνικήσει τό πρῶτο σόκ χαρᾶς, καί συνειδητοποιεῖ ὅτι ὁ στόχος της βρίσκεται ἀκόμη πολύ μακριά. Συνοδευόμενη ἀπό τή Φωτεινή Μορφή καί συρόμενη ἀπό τό Ἠχητικό Ρεῦμα Ζωῆς, περνᾶ ἀπό περιοχή σέ περιοχή, ἀπό ἐπίπεδο σέ ἐπίπεδο, πετώντας τή μιά κόσα (κάλυμμα) μετά τήν ἄλλη, ὡσότου στό τέλος μένει τελείως ἀπογυμνωμένη ἀπό ὅλα ὅσα δέν εἶναι τῆς δικῆς της φύσης. Ἔτσι ξεμπερδεμένη καί ἐξαγνισμένη μπορεῖ ἐπιτέλους νά μπεῖ στό βασίλειο ὅπου βλέπει ὅτι εἶναι τῆς ἴδιας οὐσίας μέ τό ὑπέρτατο Ὂν, ὅτι ὁ Διδάσκαλος στή Φωτεινή Του Μορφή καί ἡ ψυχή δέν εἶναι χωριστοί ἀλλά Ἕνα, καί ὅτι δέν ὑπάρχει τίποτα ἄλλο παρά ὁ Μεγάλος Ὠκεανός Συνειδητότητας, Ἀγάπης καί ἀνέκφραστης Μακαριότητας. Ποιός μπορεῖ νά περιγράψει τή λαμπρότητα αὐτοῦ τοῦ βασιλείου;

Μόνο καρδιά μέ καρδιά μποροῦν νά μιλήσουν γιά τήν μακαριότητα τῶν μυστῶν πού γνωρίζουν:
Κανένας ἀγγελιοφόρος δέν μπορεῖ νά τήν πεῖ καί καμιά ἐπιστολή νά τή μεταφέρει.

ΧΑΦΙΖ

Ὅταν ἡ πένα πῆγε νά περιγράψει αὐτή τήν κατάσταση,
Ἔσπασε καί ἔγινε κομμάτια καί ἡ σελίδα σκίστηκε.

ΕΝΑΣ ΠΕΡΣΗΣ ΜΥΣΤΗΣ

Φτάνοντας τό τέλος τοῦ ταξιδιοῦ, ὁ ἀναζητητής βυθίζεται μέσα στό Λόγο καί μπαίνει στόν ὅμιλο τῶν Ἀπελευθερωμένων. Μπορεῖ νά συνεχίσει νά ζεῖ ὅπως οἱ ἄλλοι ἄνθρωποι μέσα σ' αὐτόν τόν κόσμο τῶν ἀνθρώπινων ὄντων, ἀλλά τό πνεῦμα του δέ γνωρίζει περιορισμούς καί εἶναι ἄπειρο ὅσο καί ὁ Ἴδιος ὁ Θεός. Ὁ τροχός τῆς μετεμψύχωσης δέν μπορεῖ πιά

νά τόν ἐπιδράσει, καί ἡ συνειδητότητά του δέν ἔχει κανένα περιορισμό. Ὅπως ὁ Διδάσκαλός του πρίν ἀπό κεῖνον, ἔχει γίνει ἕνας Συνειδητός Συνεργάτης τοῦ Θείου Σχεδίου. Δέν κάνει τίποτα γιά τόν ἑαυτό του, ἀλλά ἐργάζεται στό ὄνομα τοῦ Θεοῦ. Ἄν πράγματι ὑπάρχει ἕνας *Νέ - Κάρμι* (ἕνας ἀπελευθερωμένος ἀπό τά δεσμά τῆς δράσης) εἶναι αὐτός, γιατί δέν ὑπάρχει πιό ἰσχυρό μέσο γιά τήν ἐλευθερία ἀπό τή Δύναμη τοῦ Λόγου.

Μόνον αὐτός πού ἐπικοινωνεῖ μέ τό Λόγο εἶναι ἀπελευθερωμένος ἀπό τή δράση.

ΓΚΟΥΡΜΠΑΝΙ

Ἡ ἐλευθερία δέν εἶναι γι' αὐτόν κάτι πού ἔρχεται μετά τό θάνατο *(βιντέχ μούκτι)*· εἶναι κάτι πού κατορθώνεται μέσα στή ζωή. Αὐτός εἶναι *τζίβαν - μούκτα* (ἐλεύθερος ἐνῶ ζεῖ)· ὅπως ἕνα ἄνθος πού ξεχύνει εὐωδία, σκορπίζει τό μήνυμα τῆς ἐλευθερίας ὁπουδήποτε πηγαίνει.

Αὐτοί πού ἔχουν ἐπικοινωνήσει μέ τό Λόγο, τά βάσανά τους θά τελειώσουν.

Καί τά πρόσωπά τους θά φλογιστοῦν μέ δόξα.
Καί ὄχι μόνο αὐτοί θά ἔχουν σωτηρία,
Ὦ Νανάκ, ἀλλά καί πολλοί ἄλλοι θά βροῦν τήν ἐλευθερία κοντά σ' αὐτούς.

ΤΖΑΠ ΤΖΙ

Στήν ἐκτέλεση τῆς πνευματικῆς πειθαρχίας, δίνεται ἔμφαση στά *Σιμράν, Ντιάν* καί *Μπατζάν*, πού τό καθένα παίζει ἕνα εἰδικό ρόλο στό ξεδίπλωμα τοῦ Ἑαυτοῦ. Ὁ Διδάσκαλος δίνει Σιμράν ἤ ἐπανάληψη μέ τή σκέψη τῶν φορτισμένων λέξεων, πού βοηθοῦν στό νά συναθροίσουν τό περιπλανώμενο μυαλό τοῦ ἐξασκούμενου στό ἀκίνητο σημεῖο τῆς ψυχῆς μεταξύ καί πίσω ἀπό τά δύο φρύδια, ὅπου τά αἰσθητήρια ρεύματα, πού διαπερνοῦν τώρα τό σῶμα ἀπό τήν κορυφή ὥς τά νύχια, ἀποσύρονται καί χάνει τή συνειδητότητα τῆς σάρκας. Ἡ ἐπιτυχής ἐκτέλεση αὐτῆς τῆς διαδικασίας ὁδηγεῖ ἀπό μόνη της σέ ντιάν ἤ αὐτοσυγκέντρωση. Ἡ λέξη Ντιάν προέρχεται ἀπό τή

Σανσκριτική ρίζα *ντί,* πού σημαίνει "δένω" ἤ "κρατῶ". Μέ ἀνοιγμένο τό ἐσωτερικό μάτι, ὁ ἀναζητητής βλέπει τώρα λαμπιρίζοντες δέσμες οὐράνιου φωτός μέσα του καί αὐτό κρατᾶ τήν προσοχή του προσηλωμένη. Βαθμιαῖα, τό φῶς γίνεται σταθερό κατά τήν ἐξάσκησή του καί χρησιμεύει ὡς ἔφεδρη ἄγκυρα γιά τήν ψυχή. Ὅταν ἡ Ντιάν ἤ ἡ αὐτοσυγκέντρωση τελειοποιηθεῖ, τόν ὁδηγεῖ στό *Μπατζάν* ἤ τόν συντονίζει μέ τή μουσική πού ἀναδύεται μέσα ἀπό τό κέντρο τοῦ ἱεροῦ φωτός. Αὐτή ἡ μαγευτική ἱερή μελωδία ἔχει μιά μαγνητική ἕλξη πού εἶναι ἀκατανίκητη, καί ἡ ψυχή δέν μπορεῖ παρά νά τήν ἀκολουθήσει πηγαίνοντας πρός τήν πνευματική πηγή ἀπό ὅπου ἀναδύεται ἡ μουσική. Ἡ ψυχή βοηθιέται ἀπό αὐτή τήν τριπλή διαδικασία γιά νά γλυστρήσει καί νά βγεῖ ἔξω ἀπό τά δεσμά τοῦ σώματος καί προσηλώνεται στήν οὐράνια ἀκτινοβολία τοῦ Ἑαυτοῦ της (ἄτμαν), καί ὁδηγεῖται στό οὐράνιο σπίτι τοῦ Πατέρα.

Ὁλόκληρη ἡ διαδικασία προωθεῖται ἀπό τό *Σάτ Νάαμ,* τόν *Σατγκουρού* καί τό *Σάτσανγκ,* πού στήν πραγματικότητα εἶναι συνώνυμα γιά τή Διδάσκαλο Δύναμη σέ δράση. Σάτ Νάαμ εἶναι ἡ Δύναμη τοῦ Ἀπόλυτου πού ἔχει συνταραχτεῖ ἀπό εὐσπλαγχνία καί ὅταν Αὐτή ντυθεῖ τή σάρκα, παίρνει τή μορφή τοῦ Γκουροῦ (Λόγος πού ἔγινε σάρκα), καί ἐργάζεται μέσο του μέ τό Σάτσανγκ, καί τό ἐξωτερικό καί τό ἐσωτερικό, πού βοηθᾶ τίς τζίβα (ψυχές) πού εἶναι ὥριμες γιά ἀναγέννηση. Αὐτή ἡ Δύναμη ἐργάζεται συγρόνως σέ ὅλα τά ἐπίπεδα, σύμφωνα μέ τίς ἀνάγκες κάθε ἀτόμου· μέ τά λόγια ὡς ἕνας Γκουρού στήν ἀνθρώπινη μορφή, μοιραζόμενος ὅλες τίς χαρές καί τίς λύπες τῶν ἀνθρώπινων ὄντων· μέ τήν ἐσωτερική καθοδήγηση ὡς Γκουρουντέβα στήν ἀστρική, φωτεινή ἤ ἀκτινοβόλο μορφή, καί τελικά ὡς Σατγκουρού — ἕνας πραγματικός Διδάσκαλος τῆς Ἀλήθειας.

Ὑπάρχουν δύο δρόμοι ἐσωτερικῶς: *τζιότι μάργκ* καί *σρούτι μάργκ* (ὁ δρόμος τοῦ φωτός καί ὁ δρόμος τοῦ ἤχου), ἀντιστοίχως. Τό ἱερό φῶς κρατᾶ τήν ψυχή προσηλωμένη καί ἀπορροφημένη καί μέχρι ἑνός ὁρισμένου σημείου ὁδηγεῖ ἐπίσης τήν

ψυχή, ἀλλά ὁ ἱερός Λόγος τήν τραβᾶ πρός τά πάνω καί τήν μεταφέρει ἀπό ἐπίπεδο σέ ἐπίπεδο παρά τά διάφορα ἐμπόδια στό Δρόμο, ὅπως ἐκτυφλωτικά ἤ ἀποπλανητικά φῶτα, πυκνό πηχτό σκοτάδι, κ.τ.λ. ὥσπου νά φτάσει ἡ ψυχή τόν προορισμό της.

Μιά τέλεια ἐπιστήμη.

Ἀκόμη καί ἡ σύντομη προηγούμενη θεώρηση τῆς φύσης καί τοῦ σκοποῦ τῆς Σούρατ Σάμπτ Γιόγκα μᾶς μεταδίνει μερικά ἀπό τά μοναδικά της χαρακτηριστικά. Ὅποιος τή μελετήσει σέ σχέση μέ τά ἄλλα συστήματα τῆς γιόγκα δέν μπορεῖ παρά νά σημειώσει τήν τελειότητα στίς λύσεις πού δίνει σέ ὅλα τά προβλήματα πού ἀντιμετωπίζει ὁ ἀναζητητής ὅταν ἀκολουθεῖ τά ἄλλα συστήματα. Στό ἐπίπεδο τῆς ἐξωτερικῆς δράσης, δέ βασίζεται σέ μιά ξερή καί αὐστηρή πειθαρχία πού συχνά ἔχει ὡς συνέπεια τήν ψυχολογική καταπίεση. Ὑποστηρίζει ὅτι κάποια πειθαρχία εἶναι ἀναγκαία, ἀλλά προσθέτει ὅτι αὐτή πρέπει τελικά νά ἐμπνέεται ἀπό ἐσωτερική πνευματική ἐμπειρία καί νά εἶναι θέμα μιᾶς αὐθόρμητης ζωῆς, καί ὄχι αὐστηροῦ ἀσκητισμοῦ καί μιᾶς πολύ ἐσκεμμένης αὐταπάρνησης. Ὁ ἀναζητητής πρέπει νά προσπαθεῖ νά φτάσει σέ μιά κατάσταση ἰσορροπίας καί πρέπει γι' αὐτό νά καλλιεργεῖ τήν ἀρετή τῆς μετριότητας στή σκέψη καί στήν πράξη. Ἡ ἀκεραιότητα πού κατορθώνει μ' αὐτόν τόν τρόπο τόν κάνει ἱκανό νά ἀποκτήσει μεγαλύτερη αὐτοσυγκέντρωση, καί ἔτσι ἀνώτερη ἐσωτερική ἐμπειρία, καί αὐτή ἡ ἐσωτερική ἐμπειρία πρέπει μέ τή σειρά της νά ἔχει ἀντίκτυπο στίς ἐξωτερικές σκέψεις καί πράξεις. Ἡ σχέση τῆς σαντακάρ μέ τήν ἐσωτερική σάντνα εἶναι ἀμοιβαία· ἡ μία ζωογονεῖ καί δίνει ἔννοια στήν ἄλλη, καί ἡ μία χωρίς τήν ἄλλη εἶναι σάν ἕνα πουλί μέ μιά μόνο φτερούγα. Πῶς μπορεῖ τό πνεῦμα νά συγκεντρωθεῖ τελείως σέ ἕνα μόνο σημεῖο χωρίς ἁγνότητα τοῦ νοῦ καί τοῦ σώματος; καί πῶς μπορεῖ ἡ ψυχή νά ὑπερβεῖ ὅλες τίς ἀνθρώπινες προσκολλήσεις καί ἀτέλειες χωρίς νά συγκεντρωθεῖ στήν ἀγάπη τοῦ Θείου;

Ὅταν οἱ ποιότητες τοῦ Θεοῦ ἀποκαλύφτηκαν
Τότε ὁ Μωϋσῆς ἔκαψε τήν ποιότητα τῶν γήινων πραγμάτων.

ΡΟΥΜΙ

Ἡ Σούρατ Σάμπτ Γιόγκα ὄχι μόνο δίνει τό μέσο γιά νά κατορθωθεῖ στήν πράξη τό δύσκολο ἰδανικό τῆς σαντακάρ, ἀλλά προσφέρει ἐπίσης καί ἕναν τρόπο ζωῆς, πού ἐνῶ ὑψώνει τόν ἄνθρωπο πάνω ἀπό αὐτόν τό φυσικό κόσμο δέν τόν σκλαβώνει στό βασίλειο τοῦ Ὀνόματος καί τῆς Μορφῆς. Οἱ Διδάσκαλοι αὐτοῦ τοῦ μονοπατιοῦ γνωρίζουν πολύ καλά πώς οἱ ἀφηρημένες θεωρίες γιά τήν χωρίς ἰδιότητες ἄποψη τοῦ Ἀπόλυτου δέν μποροῦν νά μᾶς ὁδηγήσουν σ' Αὐτό. Πῶς μπορεῖ ὁ ἄνθρωπος, ὅπως εἶναι περιορισμένος ἀπό τό ὄνομα καί τή μορφή, νά τραβηχτεῖ κατευθεῖαν πρός αὐτό πού εἶναι πάνω καί ἀπό τό ὄνομα ἤ καί ἀπό τή μορφή; Ἡ ἀγάπη ψάχνει νά βρεῖ κάτι πού νά μπορεῖ νά τό καταλάβει καί στό ὁποῖο νά μπορεῖ νά προσκολληθεῖ, καί ὁ Θεός, ὅταν πρόκειται νά συναντήσει τόν ἄνθρωπο, πρέπει νά πάρει κάποιο σχῆμα καί μορφή. Εἶναι αὐτή ἡ ἀναγνώριση πού ἐμπνέει τήν ἀφοσίωση τοῦ μπάκτα στόν Σίβα, τόν Βίσνου, τόν Κρίσνα, ἤ τήν Κάλι, τή Θεία Μητέρα. Ἀλλά αὐτά τά θεῖα ὄντα ἀντιπροσωπεύουν ὁρισμένες ἐκδηλώσεις τοῦ Θεοῦ, καί μιᾶς καί ὁ λάτρης φτάσει τό ἐπίπεδό τους, αὐτή τους ἡ ἀμετάβλητη κατάσταση, ὅπως ἔχουμε ἤδη δεῖ, ἐμποδίζει τήν παραπάνω πρόοδό του. Οἱ Διδάσκαλοι τῆς Σούρατ Σάμπτ Γιόγκα ὑπερβαίνουν τελείως αὐτόν τόν περιορισμό μέ τό νά συνδέσουν τόν ἀναζητητή ὄχι σέ μιά ὁρισμένη ἐκδήλωση τοῦ Θεοῦ, ἀλλά σέ μιά πού διαπερνᾶ τά πάντα: τό Φωτεινό Ἠχητικό Ρεῦμα. Εἶναι αὐτό τό *ἀνχάτ* καί *ἀνχάντ* Νάαμ, αὐτός ὁ ἀδημιούργητος καί ἀχανής Λόγος, πού συγκρατεῖ τά διάφορα ἐπίπεδα τῆς δημιουργίας ταξινομημένα ἀπό τό ἁγνό πνεῦμα ὥς τή χοντρή ὕλη. Οἱ μελωδίες Του διαπερνοῦν κάθε βασίλειο καί κάθε περιοχή, καί τά διατρέχει ὅπως ἕνας ποταμός πού κυλᾶ μέσα ἀπό τίς πεδιάδες πού ἔφερε σέ ὕπαρξη. Καί ὅπως ὁ ποταμός, εἶναι σέ ρευστή κατάσταση καί ἀλλάζει σέ κάθε ἐπίπεδο, ὅμως παραμένει πάντοτε ὁ ἴ-

διος. Ὁ ἀναζητητής πού ἐμπνέεται ἀπό τήν ἀγάπη τοῦ ποταμοῦ τοῦ Λόγου εἶναι πράγματι εὐλογημένος γιατί δέ γνωρίζει κανέναν ἀπό τούς περιορισμούς πού δοκιμάζουν ἐκεῖνοι πού λατρεύουν τό Θεό σέ ἄλλες μορφές. Καθώς σύρεται πρός τά πάνω ἀπό τή μακάρια δύναμή Του, τόν βρίσκει νά ἀλλάζει, νά τροποποιεῖται, γινόμενος ἀκόμη πιό δυνατός καί πιό ἁγνός, καλώντας τον σέ περισσότερη καί ἀκόμη περισσότερη προσπάθεια, χωρίς ποτέ νά τοῦ ἐπιτρέπει νά σταματήσει ἤ νά χασομερήσει, ἀλλά τόν ὁδηγεῖ συνεχῶς ἀπό ἐπίπεδο σέ ἐπίπεδο, καί ἀπό πεδιάδα σέ πεδιάδα, ὡσότου φτάσει στήν πηγή ἀπό ὅπου τό Ἀνεκδήλωτο ἐκδηλώνεται, τό Ἄμορφο παίρνει μορφή, καί τό Ἀνώνυμο ὄνομα. Αὐτή ἡ τελειότητα τοῦ ἐσωτερικοῦ ταξιδιοῦ πού κατορθώνεται ἀπό τή Γιόγκα τοῦ Ἠχητικοῦ Ρεύματος ἔκανε τόν Καμπίρ νά δηλώσει:

Ὅλοι οἱ ἅγιοι εἶναι ἄξιοι σεβασμοῦ,
Ἀλλά λατρεύω μόνον αὐτόν πού ἔχει ἐξουσιάσει τό Λόγο.

Ἡ Σούρατ Σάμπτ Γιόγκα δέν εἶναι μόνο ἡ πιό τέλεια ἀπό τίς διάφορες γιόγκα, ἀλλά εἶναι ἐπίσης σχετικά εὔκολη νά ἀσκηθεῖ, καί εἶναι προσιτή σέ ὅλους. Αὐτοί πού ἀκολουθοῦν αὐτό τό μονοπάτι, ὄχι μόνο φτάνουν τό ἀπώτατο τέλος, ἀλλά τό κατορθώνουν μέ μεγαλύτερη οἰκονομία προσπάθειας ἀπό ὅ,τι εἶναι δυνατόν μέ τίς ἄλλες μεθόδους. Ἡ ὑπέρβαση τῆς φυσικῆς συνειδητότητας πού ὁ γιόγκι, πού ἀκολουθεῖ τό μονοπάτι τῶν πράνα, κατορθώνει μόνο μετά ἀπό μιά μακριά καί κοπιαστική πειθαρχία, κατορθώνεται ἀπό τούς μαθητές τῆς Σούρατ Σάμπτ Γιόγκα μερικές φορές ἀπό τήν πρώτη στιγμή τήν ὥρα τῆς μύησης. Αὐτό δέν συμβαίνει ἁπλῶς μοιραίως ἤ τυχαίως. Τό γεγονός εἶναι ὅτι ἡ Σούρατ Σάμπτ Γιόγκα υἱοθετεῖ ἕνα πιό ἐπιστημονικό καί φυσικό πλησίασμα στά πνευματικά προβλήματα τοῦ ἀνθρώπου. Γιατί, ἰσχυρίζεται, ὅταν τό πνευματικό ρεῦμα φτάνει στά τσάκρα τοῦ σώματος ὄχι ἀπό κάτω ἀλλά ἀπό πάνω, εἶναι ἀνάγκη νά ἐξουσιάσει κανείς καθένα ἀπό αὐτά τά τσάκρα μέ τή σειρά; Ἕνας ἄνθρωπος πού στέκεται στό κέντρο μιᾶς κοιλάδας, ἄν ἐπιθυμεῖ νά φτάσει

στήν πηγή τοῦ ποταμοῦ δέν χρειάζεται νά ταξιδέψει πρῶτα πρός τήν ἐκβολή του καί μετά νά ξαναδιασχίσει τήν ἀπόσταση. Ἐπιπλέον ἰσχυρίζεται, ὅτι ἀφοῦ ἡ πράνα καί ὁ νοῦς (ἀκόμη καί στήν πιό ἐκλεπτισμένη τους κατάσταση) δέν εἶναι τῆς ἀληθινῆς οὐσίας τοῦ πνεύματος, τότε πῶς μπορεῖ νά εἶναι τά καλύτερα μέσα γιά νά τό ἀπαλλάξουμε ἀπό τά περικαλύμματά του; Ἄν μποροῦσε νά ἔρθει σέ ἐπαφή μέ αὐτό πού εἶναι τῆς δικῆς του οὐσιαστικῆς φύσης, ὁ ὅμοιος ἕλκει τόν ὅμοιο, καί μέ ἐλάχιστη προσπάθεια ὁ ἐπιθυμητός στόχος θά κατορθωνόταν. Τό σημεῖο τῆς *τίσρα - τίλ*, τοῦ τρίτου ματιοῦ, εἶναι τό σημεῖο ἀπό ὅπου τό πνευματικό ρεῦμα ξαπλώνεται σέ ὅλο τό σῶμα. Τό μόνο πού χρειάζεται εἶναι νά σταματήσουμε τήν πρός τά κάτω ροή του σ' αὐτό τό σημεῖο μέ τό νά χαλιναγωγήσουμε τίς αἰσθήσεις μας καί αὐτό, ἀπό μόνο του, θά μαζευτεῖ καί θά κυλήσει πίσω πρός τήν πηγή του.

Κλεῖσε τά χείλη, τά αὐτιά καί τά μάτια σου
Καί ἄν δέν διακρίνεις τήν Ἀλήθεια,
Τότε δῶσε μου τήν καταφρόνια σου.

ΧΑΦΙΖ

Ὁ ἀναζητητής δέ χρειάζεται νά ἀρχίσει ἀπό τόν πυθμένα, τό μόνο πού ἔχει νά κάνει εἶναι νά στρέψει στήν κατεύθυνση τοῦ πνευματικοῦ ρεύματος καί τά ὑπόλοιπα θά ἀκολουθήσουν.

Πῶς μπορεῖ κανείς νά φτάσει τόν Κύριο;
Τό μόνο πού πρέπει νά κάνει εἶναι τό νά μεταφυτέψει τήν καρδιά.

ΙΝΑΓΙΑΤ ΣΑΧ

Αὐτή ἡ ἁπλότητα τοῦ πλησιάσματός μας μέ τήν οἰκονομία τῆς προσπάθειας προέτρεψε πολλούς νά ὀνομάσουν τήν Σούρατ Σάμπτ Γιόγκα, *Σέχατζ Μάργκ* ἤ ὁ Εὔκολος Δρόμος. Ἀρχίζει στό σημεῖο ὅπου ἄλλες γιόγκα κανονικά σταματοῦν. Ἡ Σαχασράρ, ἡ περιοχή μέ τά χιλιοπέταλα φῶτα, πού εἶναι τό τέλος τοῦ ταξιδιοῦ τοῦ κανονικοῦ γιόγκι μετά πού περνάει ἀπό τά διάφορα σωματικά τσάκρα, δέν εἶναι παρά σχεδόν τό

πρῶτο βῆμα τῶν ὀπαδῶν τῆς Σούρατ Σάμπτ Γιόγκα. Ἐπιπλέον, ἀρνούμενη νά ἐνοχλήσει τήν ἐνέργεια τῶν πράνα καί τῆς κουνταλίνης, αὐτή ἡ γιόγκα λιγοστεύει πάρα πολύ τήν ἔνταση τῆς φυσικῆς ὑπέρβασης. Μέ τήν ἐπαφή μέ τήν Ἠχητική ἀρχή, τά αἰσθητήρια ρεύματα σύρονται αὐτομάτως πρός τά πάνω χωρίς ὁ ἐξασκούμενος νά προσπαθεῖ συνειδητά νά τό κατορθώσει, καί τά κινητήρια ρεύματα μένουν ἀνέπαφα. Αὐτό ἁπλοποιεῖ ὄχι μόνο τή διαδικασία τοῦ νά μπεῖ κανείς στήν κατάσταση τοῦ σαμάντι, ἀλλά ἐπίσης καί αὐτή τοῦ νά ἐπιστρέψει ἀπό αὐτό. Ὁ εἰδήμονας σ' αὐτό τό μονοπάτι δέ χρειάζεται καμιά ἐξωτερική βοήθεια γιά νά ἔρθει πίσω στή συνειδητότητα τοῦ φυσικοῦ κόσμου, ὅπως εἶναι ἡ περίπτωση μέ μερικά ἄλλα συστήματα γιόγκα· ἡ πνευματική ἀνύψωση καί κατάβαση εἶναι ἐντελῶς θεληματικές καί μπορεῖ νά τίς κατορθώσει μέ τήν ταχύτητα τῆς σκέψης.

Ἡ μέθοδος τῆς ὑπερβατικῆς ἀκοῆς εἶναι μόνο μιά ἐπέκταση τῆς κανονικῆς μας καθημερινῆς ἄσκησης. Ὅταν ἀντιμετωπίζουμε κάποιο μπερδεμένο πρόβλημα, ὅλη μας ἡ συνειδητή ἐνέργεια τείνει νά μαζευτεῖ σέ ἕνα σημεῖο — στήν ἕδρα τῆς ψυχῆς — χωρίς νά ἐπηρεάσουμε τήν κινητήρια ἐνέργεια τῶν πράνα πού λειτουργεῖ αὐτόματα μέσα στό σῶμα μας. Αὐτός πού ἀσκεῖται στή Σούρατ Σάμπτ Γιόγκα κατορθώνει αὐτήν τήν αὐτοσυγκέντρωση θεληματικά μέσο τοῦ σιμράν καί τῆς ντιάν κάτω ἀπό συνθῆκες πού τίς ἐλέγχει, καί μόλις ἔρθει σέ ἐπαφή μέ τό Λόγο πού πάλλει, τό αἰσθητήριο πνευματικό ρεῦμα πού εἶναι ἀκίνητο μέσα στό σῶμα σύρεται ἀσυγκράτητα πρός τά πάνω καί ἐπιτυχαίνεται τέλεια φυσική ὑπέρβαση.

Αὐτή ἡ ποιότητα τοῦ *σεχάτζ*, τῆς φυσικότητας καί τῆς εὐκολίας κάνουν τή Σούρατ Σάμπτ Γιόγκα νά εἶναι προσιτή σέ ὅλους. Ἡ μουσική τοῦ Θείου Λόγου πάλλει μέσα σέ ὅλους τό ἴδιο, καί αὐτός πού ἀκολουθεῖ τό μονοπάτι Της, δέν ἔχει ἀνάγκη ἀπό εἰδικά χρειώδη, εἴτε φυσικά ἤ διανοητικά. Εἶναι ἀνοιχτό τόσο γιά τούς ἡλικιωμένους ὅσο καί γιά τούς νέους, γιά τούς ἁμαρτωλούς ὅσο καί γιά τούς ἁγίους, γιά τούς

ἁπλοϊκούς ὅσο καί γιά τούς σπουδασμένους, γιά τίς γυναῖκες καί τά παιδιά ὅσο καί γιά τούς ἄντρες. Πράγματι, οἱ γυναῖκες, τά παιδιά καί οἱ ἁπλοϊκοί, ἐξαιτίας τοῦ ἁπλούστερου τρόπου σκέψης καί τῆς αὐθόρμητης πίστης τους, συχνά κάνουν μέ αὐτή τή μέθοδο πιό γρήγορα πρόοδο στήν ἀρχή ἀπό τούς πιό σοφιστικούς ἀδελφούς τους. Ἡ πλήρης ὅμως ἐπιτυχία σ' αὐτό τόν τομέα ἀπαιτεῖ σταθερή ἐπιμονή καί προσπάθεια, πού ἴσως νά μή τά ἔχουμε πάντοτε στή διάθεσή μας. Καθώς δέ χρειάζεται καμιά αὐστηρή καί ἐκτεταμένη πειθαρχία φαγητοῦ, σωματικῶν ἀσκήσεων κ.τ.λ., δέν ὑπάρχει ἀνάγκη γιά *σανιάσα* ἤ τελείας ἀπάρνησης τοῦ κόσμου, καί εἶναι ἀνοιχτή τόσο γιά τούς *γκρεχάστι,* τούς παντρεμμένους, ὅσο καί γιά τούς *μπραχματσάρι,* αὐτούς πού ἔχουν ὁρκιστεῖ ἀγαμία. Ἄν τό πρανικό καί τό βιτζιανικό σύστημα ἦταν τά πιό φυσικά μέσα πού ἔχουμε στή διάθεσή μας, τότε θά ἔπρεπε νά συμπεράνουμε ὅτι ἡ Φύση εἶναι μεροληπτική, γιατί οἱ φυσικές καί διανοητικές ἱκανότητες πού αὐτά ἀπαιτοῦν εἶναι ἄνισα μοιρασμένες στούς ἀνθρώπους. Ἐφόσον ὁ ἥλιος καί ὁ ἀέρας εἶναι στή διάθεση ὅλων, γιατί θά ἔπρεπε τά πνευματικά δῶρα νά εἶναι φυλαγμένα μόνο γιά τούς λίγους διαλεχτούς; Ἐπιπλέον, ἡ πράνα καί ἡ βίτζιαν μποροῦν νά μᾶς ὁδηγήσουν τό πολύ μέχρι τό ἐπίπεδο τῆς καταγωγῆς τους, καί ἀφοῦ δέν εἶναι καθαρῶς πνευματικά πῶς μποροῦν νά μᾶς ὁδηγήσουν στό βασίλειο τοῦ ἁγνοῦ πνεύματος;

Ὅμως τό νά λέμε ὅτι ἡ Σούρατ Σάμπτ Γιόγκα εἶναι ἡ πιό τέλεια ἀπό τίς γιογκικές ἐπιστῆμες καί ἡ πιό φυσική, δέν θά πεῖ ὅτι δέν ἀπαιτεῖ καμιά προσπάθεια καί ὅτι ὁποιοσδήποτε μπορεῖ νά τήν ἀρχίσει καί νά ἐπιτύχει ἀμέσως. Ἄν ἦταν ἔτσι ἡ περίπτωση, ἡ ἀνθρωπότητα δέν θά παράπαιε ὅπως παραπαίει σήμερα. Τό γεγονός εἶναι ὅτι εἶναι σπάνιοι οἱ ἁρμόδιοι διδάσκαλοι αὐτῆς τῆς κορόνας ὅλων τῶν ἐπιστημῶν καί ὅτι, ἀκόμη καί ὅταν βρεθεῖ ὁ διδάσκαλος, λίγοι εἶναι ἕτοιμοι νά κάνουν τό εἶδος τῆς πειθαρχίας πού χρειάζεται. Τό πνεῦμα μπορεῖ νά εἶναι πρόθυμο, ἀλλά ἡ σάρκα εἶναι ἀδύνατη. Οἱ περισσότεροι ἄνθρωποι εἶναι τόσο βαθιά ἀπορροφημένοι στήν

ἀγάπη τοῦ κόσμου πού ἀκόμη καί μετά πού εἶδαν μέ μιά φευγαλέα ματιά τούς ἐσωτερικούς θησαυρούς εἶναι ἀπρόθυμοι νά ἀφήσουν τήν πρός τόν κόσμο προσκόλλησή τους καί νά συγκεντρωθοῦν στήν ἀπόκτηση αὐτοῦ πού κάνει ἕναν ἄνθρωπο κυρίαρχο τῶν πάντων. Ἐφόσον ἡ ἔμφαση σ' αὐτή τή γιόγκα εἶναι πάντοτε πρός τό μέσα μας καί ποτέ πρός τό ἔξω, σχεδόν κανένα μονοπάτι δέ θά μποροῦσε νά εἶναι πιό ἀκριβές γιά τόν κοινό ἄνθρωπο. Πολλοί μποροῦν νά περάσουν ὁλόκληρες ζωές μέ ἐξωτερικούς τύπους καί τελετουργίες, ἀλλά λίγοι μποροῦν νά κατορθώσουν τέλεια ἐσωτερική αὐτοσυγκέντρωση, ἀδιατάραχτη ἀπό σκέψεις γιά τά ἐγκόσμια, ἀκόμη καί γιά λίγες στιγμές. Γι' αὐτό τό λόγο ὁ Καμπίρ τό παρομοίωσε μέ τό περπάτημα πάνω σ' ἕνα γυμνό σπαθί, ἐνῶ οἱ Σούφι εἶπαν γι' αὐτό πώς εἶναι *ράχ - ί - μουστκίμ,* λεπτότερο ἀπό μιά τρίχα καί κοφτερότερο ἀπό τήν κόψη τοῦ ξυραφιοῦ. Ὁ Χριστός τό περιέγραψε ὡς τόν «δυσχερή καί στενό δρόμο» πού μόνο λίγοι ποτέ τόν διαβαίνουν. Ἀλλά γι' αὐτόν πού δέ δελεάζεται ἀπό τόν κόσμο καί πού εἶναι γεμάτος ἀπό παράφορη ἀγάπη γιά τό Θεό, τίποτα δέ θά μποροῦσε νά εἶναι πιό εὔκολο καί πιό γρήγορο. Δέ χρειάζεται καμιά ἄλλη δύναμη ἀπό αὐτή τῆς δικῆς του παρόρμησης καί, ἐξαγνισμένη ἀπό τίς γήινες προσκολλήσεις μέ τήν εἰλικρινή καί δυνατή διακαή ἐπιθυμία της, ἡ ψυχή του θά πετάξει πρός τήν πατρίδα της, μεταφερόμενη πάνω στό ρεῦμα τοῦ Σάμπτ πρός τό σημεῖο τῆς καταγωγῆς του, τό λιμάνι τῆς μακαριότητας καί τῆς εἰρήνης. Καί ἄν τύχει καί ἀντιμετωπίσει ἡ ψυχή ὁποιοδήποτε ἐμπόδιο στό πρός τήν πατρίδα της πέταγμα, ὁ Φωτεινός Φίλος της εἶναι πάντοτε δίπλα της γιά νά τήν ὁδηγήσει νά τό ξεπεράσει καί νά τήν προστατέψει ἀπό ὅλες τίς παγίδες.

Ὁ δρόμος μέσα ἀπό τά ἀνώτερα ἐπίπεδα εἶναι σχεδιαγραμμένος ἐμπρός στήν ψυχή τόσο τέλεια ὅσο αὐτός τῶν Χάθα γιόγκι μέσα ἀπό τά κατώτερα σωματικά τσάκρα, καί ἔχοντας μιά τέτοια Δύναμη νά τήν μεταφέρει καί ἕναν τέτοιο Φίλο νά τήν ὁδηγεῖ, τίποτα δέν μπορεῖ νά ἐνοχλήσει τή σταθερότητα τῆς πορείας της. «Κρατήσου ἀπό τό ροῦχο, ὦ γενναία ψυχή,

Ἑνός πού γνωρίζει καλά ὅλους τούς τόπους, τό φυσικό, τό νοητικό, τόν ὑπερ - νοητικό καί τόν πνευματικό, γιατί αὐτός θά παραμείνει φίλος σου τόσο στή ζωή ὅσο καί στό θάνατο, σ' αὐτό τόν κόσμο καί στούς κόσμους πέρα ἀπ' αὐτόν», προτρέπει ὁ Τζαλαλούντ - ντίν Ρούμι.

Καί ὁ Νανάκ ἔψαλε:

> *Αὐτός πού βρῆκε ἕναν Ἀληθινό Διδάσκαλο καί ἀκολουθεῖ τόν τέλειο δρόμο τοῦ Ἱεροῦ Λόγου θά βρεῖ, ἐνῶ γελᾶ καί ζεῖ μέσα σ' αὐτόν τόν κόσμο, τήν τέλεια ἀπελευθέρωση καί σωτηρία.*

Ἐπίσης:

> *Σάν τό λωτό θά ὑψωθεῖ ἁγνός πάνω ἀπό τό βοῦρκο τοῦ κόσμου καί σάν τόν κύκνο θά πετάξει μακριά ἀπό τά ζοφερά νερά του ἀνέπαφος καί ἀνεμπόδιστος.*

Ὁ Διδάσκαλος

Ἐκτός ἀπό τήν ἐπιστημονική της προσέγγιση, ἐκτός ἀπό τό ὅτι εἶναι σχετικά εὔκολα προσιτή, ἐκτός τῆς φυσικῆς της ποιότητας καί τῆς ἐλευθερίας της ἀπό τά μειονεκτήματα τῶν ἄλλων γιογκικῶν συστημάτων, ἕνα ἄλλο διακριτικό χαρακτηριστικό τῆς Γιόγκα τοῦ Ἠχητικοῦ Ρεύματος εἶναι ἡ μοναδική καί ἐκτεταμένη ἔμφαση πού δίνει γιά τήν ἀνάγκη σέ κάθε βῆμα ἑνός Σατγκουροῦ, *Πίρ - ἐ - ράχ* ἤ *Μουρσίντ - ί - Καμίλ* (ἑνός ἁρμόδιου, ζωντανοῦ Διδασκάλου). Ἄν καί ἤδη ἔχει ἀναφερθεῖ κάτι πάνω σ' αὐτό τό θέμα κάτω ἀπό τόν τίτλο: «Οἱ ἀκρογωνιαῖοι λίθοι», παραμένει πολύ ἀκόμη γιά νά συμπληρωθεῖ.

Ἡ σχέση *Γκουροῦ - σίσ* ἤ *Γκουροῦ - σίκχ* εἶναι σπουδαία σέ ὅλα τά συστήματα τῆς πρακτικῆς γιόγκα, ἀλλά σ' αὐτό ἐδῶ εἶναι ὁ ἄξονας του μέ μιά μοναδική ἔννοια. Γιατί ὁ Γκουρού στή Σούρατ Σάμπτ Γιόγκα δέν εἶναι μόνο ἕνα ὄν πού μᾶς ἐξηγεῖ τήν πραγματική φύση τῆς ὕπαρξης πού μᾶς διδάσκει τίς ἀληθινές ἀξίες τῆς ζωῆς καί μᾶς λέει τίς σάντνα πού πρέπει νά

ἀσκήσουμε γιά τό ἐσωτερικό ἐπίτευγμα, εἶναι ὅλα αὐτά καί ἀκόμα πολύ περισσότερο. Εἶναι ἐπίσης ὁ ἐσωτερικός ὁδηγός, πού μᾶς ὁδηγεῖ τήν ψυχή ἀπό ἐπίπεδο σέ ἐπίπεδο στόν τελικό της προορισμό, ἕνας ὁδηγός πού χωρίς τή βοήθειά του ἡ ψυχή θά ἔπαιρνε κατά λάθος τούς ἐνδιάμεσους σταθμούς γιά τόν τελικό σκοπό καί θά συναντοῦσε ἐμπόδια πού θά ἦταν ἀνίκανη νά ὑπερνικήσει.

Ἀφοῦ εἶναι τέτοιος ὁ ρόλος τοῦ Διδασκάλου, δέν ὑπάρχει ἀπορία γιατί ὅλοι οἱ μύστες πού ἀκολούθησαν αὐτό τό δρόμο Τόν ὕμνησαν μέ ὑπέρτατο σεβασμό καί λατρεία. Ἀπό τόν Καμπίρ διαβάζουμε:

Εὔχομαι καί ἐπιθυμῶ τή σκόνη τῶν ποδιῶν του —
τή σκόνη πού δημιούργησε τό σύμπαν·
Τά ἀπό λωτό πόδια του εἶναι ὁ ἀληθινός πλοῦτος καί ἕνα λιμάνι εἰρήνης.
Αὐτά χαρίζουν ἀνείπωτη σοφία καί μᾶς ὁδηγοῦν στό μονοπάτι πρός τό Θεό.

Καί οἱ γραφές τῶν Σίκχ ὑμνοῦν:

Εἶναι γλυκά τά ἀπό λωτό πόδια τοῦ Διδασκάλου·
Τά βλέπει κανείς μέ ἔνταλμα Κυρίου·
Καί εἶναι μυριάδες οἱ εὐλογίες πού ἀκολουθοῦν ἕνα τέτοιο ὅραμα.

ΓΚΟΥΡΟΥ ΑΡΤΖΑΝ

Ἀπό τούς Σούφι ἔχουμε:

Ἄν ὑμνοῦσα αὐτές τίς ἀμέτρητες εὐλογίες ὥς τήν αἰωνιότητα,
Μόλις καί θά εἶχα πεῖ κάτι γι' αὐτές.

ΤΖΑΛΑΛΟΥΝΤ - ΝΤΙΝ ΡΟΥΜΙ

Μερικοί μύστες φτάνουν ἀκόμη μέχρι τό σημεῖο νά ἀνεβάζουν τή θέση του πάνω ἀπό αὐτή τοῦ Θεοῦ:

Ὁ Διδάσκαλος εἶναι μεγαλύτερος ἀπό τό Θεό.

ΚΑΜΠΙΡ

Καί ὁ Γκουρού καί ὁ Θεός ἔχουν φανερωθεῖ, ποιόν νά λατρέψω καί νά προσκυνήσω;

Εἶναι πράγματι θαυμάσιος ὁ Γκουρού πού φανέρωσε τή Δύναμη τοῦ Θεοῦ μέσα μας.

ΣΕΧΤΖΟ ΜΠΑΪ

Ὅλα αὐτά μπορεῖ νά ὁδηγήσουν τόν σκεπτικιστή νά ὑποψιαστεῖ ἀνθρώπινη εἰδωλολατρεία. Μπορεῖ νά ρωτήσει: «Γιατί αὐτή ἡ θεοποίηση ἑνός ἀνθρώπινου ὄντος; Γιατί τόσος ἔπαινος συσσωρευμένος πάνω σέ ἕναν πού εἶναι θνητός;» Οἱ Μύστες μερικές φορές ἀπάντησαν σ' αὐτή τήν ἐρώτηση μέ ἱερή ἀδιαφορία:

Ὁ κόσμος δυσφημίζει ὅτι ὁ Κχοῦσρο ἔγινε εἰδωλολάτρης·
Πράγματι ἔγινα, ἀλλά τί ἔχει νά κάνει ὁ κόσμος μέ μένα;

ΑΜΙΡ ΚΧΟΥΣΡΟ

Ἀλλά μερικές φορές ἔδωσαν οἱ ἴδιοι πλήρη ἀπάντηση σ' αὐτό:

Χωρίς τή μεγαλοδωρία τοῦ Διδασκάλου δέν παίρνει κανείς τίποτα.
Ἀκόμη καί ἄν ἀσχολεῖται μέ ἕνα ἑκατομμύριο ἀξιέπαινες πράξεις.

ΓΚΟΥΡΜΠΑΝΙ

Ἡ ἀφοσίωση στό Θεό μᾶς κρατᾶ μπερδεμένους σ' αὐτή τή (φυσική) ζωή — ἁπλῶς σκεφτεῖτε σοβαρά·
Ἀλλά ἡ ἀφοσίωση στό Διδάσκαλο μᾶς μεταφέρει πίσω στό Θεό.

ΚΑΜΠΙΡ

Μπές μέσα σου καί πιστοποίησε μόνος σου·
Ποιός εἶναι μεγαλύτερος ἀπό τούς δυό: ὁ Θεός ἤ ὁ Γκουρού;

ΓΚΟΥΡΜΠΑΝΙ

Ὁ Θεός μέ ὁδήγησε στήν ἐρημιά τοῦ κόσμου, ἀλλά ὁ Διδάσκαλος μοῦ ἔσπασε τήν ἀσταμάτητη ἁλυσί-

δα τῆς μετεμψύχωσης.

ΣΕΧΤΖΟ ΜΠΑΪ

Ὅλοι οἱ μεγάλοι πνευματικοί διδάσκαλοι ἰσχυρίστηκαν ὅτι χωρίς τή βοήθεια ἑνός ζωντανοῦ Διδασκάλου, τό πνευματικό ταξίδι εἶναι δύσκολο καί ἀδύνατο νά τό διασχίσει κανείς μέχρι τό τέλος. Ὁ Τζαλαλούντ - ντίν Ρούμι, ὁ Πέρσης μύστης, αὐτό ἐννοεῖ ὅταν μέ ἔμφαση λέει:

Οὔτε ὁ Μωϋσῆς δέν τό γνώριζε αὐτό
Ἄν καί ἦταν ὅλο δύναμη καί φῶς,
Τότε σύ πού δέν ἔχεις καθόλου φτερά
Μήν ἐπιχειρήσεις νά πετάξεις.

Καί κάπου ἀλλοῦ κάνει ἀκόμη σαφέστερο αὐτό πού ἐννοεῖ:

Βρές ἕνα Διδάσκαλο τοῦ πνεύματος, γιατί χωρίς τή δραστήριά του βοήθεια καί καθοδήγηση, αὐτό τό ταξίδι εἶναι γεμάτο κινδύνους, ἐπικίνδυνα σημεῖα καί φόβους.

Στά Εὐαγγέλια ἡ ἴδια ἔνταση πάλλει μέσα ἀπό τά ρητά τοῦ Ἰησοῦ:

Οὐδείς ἔρχεται πρός τόν Πατέρα, εἰμή δι' ἐμοῦ.

ΚΑΤΑ ΙΩΑΝΝΗ (14:6)

Οὐδέ τόν Πατέρα γιγνώσκει τις, εἰμή ὁ Υἱός, καί εἰς ὅντινα θέλῃ ὁ Υἱός νά ἀποκαλύψῃ αὐτόν.

ΚΑΤΑ ΛΟΥΚΑ (10:22) καί ΚΑΤΑ ΜΑΤΘΑΙΟ (11:27)

Οὐδείς δύναται νά ἔλθῃ πρός ἐμέ, ἐάν δέν ἑλκύσῃ αὐτόν ὁ Πατήρ ὁ πέμψας με· καί ἐγώ θέλω ἀναστήσει αὐτόν ἐν τῇ ἐσχάτῃ ἡμέρᾳ.

ΚΑΤΑ ΙΩΑΝΝΗ (16:44)

Ἐνῶ ἀνέθετε τό ἀποστολικό ἀξίωμα στούς δώδεκα μαθητές, ὁ Ἰησοῦς εἶπε πρός αὐτούς:

Ὅστις δέχεται ὅντινα πέμψω, ἐμέ δέχεται· καί ὅστις δέχεται ἐμέ, δέχεται τόν πέμψαντά με.

ΚΑΤΑ ΙΩΑΝΝΗ (13:20)

Γι' αὐτό αὐτός ἦταν ἱκανός νά σώζει μέχρι τό ἔσχατο ση-

μεῖο αὐτούς πού ἔρχονταν στό Θεό μέσο του, καί ζεῖ πάντοτε γιά νά μεσιτεύει γι' αὐτούς.

Ὁ Διδάσκαλος εἶναι πράγματι ὁ "Μεσιτεύων" ἤ ὁ *Ρασούλ*, πού κινεῖται μεταξύ ἐμᾶς καί τοῦ Θεοῦ, συνδέοντάς μας μέ τόν ἱερό Λόγο, καί χωρίς αὐτόν δέ θά ὑπῆρχε μεγάλη ἐλπίδα γιά σωτηρία. Καμιά φιλία δέν μπορεῖ νά εἶναι μεγαλύτερη ἀπό τή φιλία του, καμιά ἀγάπη πιό ἀληθινή ἀπό τήν ἀγάπη του καί κανένα δῶρο μεγαλύτερο ἀπό τή χάρη του. Οἱ ἄνεμοι τῆς τύχης μπορεῖ νά πάρουν τούς ἄλλους μακριά μας καί ὁ θάνατος μπορεῖ νά ἔρθει καί νά χωρίσει τούς πιό πιστούς ἀγαπημένους· μόνο αὐτός δέ μᾶς ἐγκαταλείπει οὔτε στή ζωή οὔτε στό θάνατο:

> *Παρήγγειλα εἰς ἐσᾶς· καί ἰδού ἐγώ εἶμαι μεθ' ἡμῶν πάσας τά ἡμέρας, ἕως τῆς συντελείας τοῦ αἰῶνος.*
>
> **ΚΑΤΑ ΜΑΤΘΑΙΟ (28:20)**

> *Φίλος εἶναι μόνο αὐτός πού μέ συνοδεύει στό τελευταῖο μου ταξίδι.*
> *Καί μέ ὑπερασπίζεται μπροστά στό θρόνο της κρίσης τοῦ Θεοῦ.*
>
> **ΓΚΟΥΡΜΠΑΝΙ**

Ἄλλα δῶρα μπορεῖ νά καταστραφοῦν καί νά χαθοῦν, ἀλλά αὐτό τό δῶρο, τό δῶρο τοῦ Λόγου τοῦ Θεοῦ, εἶναι ἄφθαρτο, δέν καταστρέφεται, εἶναι πάντοτε ἀκτινοβόλο, πάντοτε φρέσκο, πάντοτε καινούργιο, ἕνα χάρισμα στή ζωή, ἕνα ἀκόμη μεγαλύτερο χάρισμα στό θάνατο.

Ἀπό ποῦ παίρνει ὁ Διδάσκαλος αὐτή τή μοναδική καί ὑπεράνθρωπη δύναμη πού τόν κάνει σχεδόν ἴσο μέ τό Θεό καί, στά μάτια τῶν μαθητῶν του, τόν τοποθετεῖ ἀκόμη καί πάνω ἀπό τό Θεό; Μπορεῖ ἡ θνητή σάρκα νά συναγωνιστεῖ μέ τό Ἀθάνατο καί τό περιορισμένο νά ξεπεράσει τό Ἀπεριόριστο; Αὐτό μπορεῖ νά φαίνεται παράδοξο στόν κόσμο, ἀλλά αὐτοί πού ἔχουν περάσει μέ ἀνοιχτά μάτια στό ἐσωτερικό Βασίλειο, δέ βλέπουν σ' αὐτό καμιά ἀντιλογία, παρά μόνο τό μυστήριο τοῦ μεγαλείου τοῦ Θεοῦ. Ὁ ἀληθινός Διδάσκαλος εἶναι ἕνας

ἄνθρωπος πού μέ τή διδαχή καί τήν καθοδήγηση τοῦ δικοῦ του Διδασκάλου ἔμαθε νά ἀναλύει τήν ψυχή ἀπό τό σῶμα, διάσχισε τό ἐσωτερικό μονοπάτι μέχρι τό τέλος του, καί εἶδε τήν πηγή ὅλου τοῦ φωτός καί τῆς ζωῆς καί βυθίστηκε στό Ἀνώνυμο Ἕνα. Μετά πού βυθίζεται στό Ἀνώνυμο Ἕνα, γίνεται ἕνα μέ Αὐτό καί ἕνα μέ ὅλα ὅσα ὑπάρχουν. Στό ἀνθρώπινο ἐπίπεδο μπορεῖ νά φαίνεται ὡς περιορισμένος σάν τόν καθένα μας, ἀλλά στό πνευματικό ἐπίπεδο, αὐτός εἶναι Ἀπεριόριστος καί Ἄπειρος ὅπως καί ὁ Ἴδιος ὁ Θεός:

Ὦ ὑπηρέτη μου ὑπάκουσέ Με, καί θά σέ κάνω ὅμοιο μέ Μένα. Ἐγώ λέω: «Ἄς γίνει» καί γίνεται, καί σύ θά λές: «Ἄς γίνει», καί θά γίνεται.

ΜΠΑΧΑ-ΟΥ-ΛΛΑΧ — ΟΙ ΤΕΣΣΕΡΙΣ ΠΕΔΙΑΔΕΣ

Καί ὁ Λόγος ἔγινε σάρξ, καί κατῴκησε μεταξύ ἡμῶν.

ΚΑΤΑ ΙΩΑΝΝΗ (1:14)

Ὁ Λόγος εἶναι ὁ Διδάσκαλος καί ὁ Προφήτης, γεμάτος ἀπό βαθιά καί σπουδαία σοφία.

ΓΚΟΥΡΟΥ ΝΑΝΑΚ

Ὅταν ξεκαθάρισα τή θάλασσα τοῦ σώματος,
μιά παράξενη ἀλήθεια ἦρθε στό φῶς,
Ὁ Θεός ἦταν ταυτισμένος μέ τό Διδάσκαλο καί δέν μποροῦσε νά βρεῖ ὁ Νανάκ καμιά διαφορά.

ΓΚΟΥΡΟΥ ΡΑΜ ΝΤΑΣ

Ὁ Γκουρού εἶναι ὁ Μπράχμα, ὁ Γκουρού εἶναι ὁ Βίσνου, ὁ Γκουρού εἶναι ὁ Σίβα καί ὁ Γκουρού εἶναι ὁ πραγματικός Πάρ - Μπράχμ, καί προσφέρουμε τούς χαιρετισμούς μας σ' Αὐτόν.

Ἡ σχέση Γκουροῦ - σίσ (Διδασκάλου - μαθητῆ) ἔχει περιγραφεῖ πολύ συχνά ὡς ἑξῆς:

Ποιός εἶναι ὁ ἀληθινός Γκουρού γιά ἕνα μαθητή;
Ὁ Σάμπτ εἶναι πράγματι ὁ Γκουρού καί ἡ Σούρατ ὁ μαθητής τοῦ Ντούν (Ἦχου).

ΓΚΟΥΡΟΥ ΝΑΝΑΚ

Ὁ Σάμπτ - Γκουρού εἶναι πολύ βαθύς καί ἀχανής,
Χωρίς (τή Κυβερνούσα Δύναμη) τοῦ Σάμπτ ὁ κόσμος δέ θά ἦταν παρά μιά ἐρημιά.

ΓΚΟΥΡΟΥ ΝΑΝΑΚ

Ὁ Λόγος τοῦ Διδασκάλου εἶναι πράγματι Διδάσκαλος, γεμάτος ἀπό ζωογόνο νερό,
Αὐτός πού ἀκολουθεῖ τό Λόγο Του διασχίζει πράγματι τίς ἀκτές τοῦ χρόνου.

ΓΚΟΥΡΟΥ ΡΑΜ ΝΤΑΣ

Ἡ Σούρατ - μαθητής μπορεῖ νά διασχίσει τό Μονοπάτι μόνο μέ τόν Σάμπτ - Γκουρού,
Ἐξερευνώντας τά οὐράνια μυστήρια, βρίσκει ἀνάπαυση στό ἀναποδογυρισμένο πηγάδι (τοῦ κεφαλιοῦ).

ΤΟΥΛΣΙ ΣΑΧΙΜΠ

Νά τό ξέρεις μέ βεβαιότητα ὅτι ὁ Σάμπτ Γκουρού εἶναι ὁ πραγματικός Γκουρού,
Ἡ Σούρατ μπορεῖ ἀληθινά νά γίνει μαθητής τοῦ Ντούν μέ τό νά εἶναι Γκούρ - μούκ (δοχεῖο γιά τό Λόγο).

ΜΠΧΑΪ ΓΚΟΥΡΝΤΑΣ

Ὁ Γκουρού κατοικεῖ στή γκάγκαν (πνευματικό βασίλειο ἐπάνω) καί ὁ μαθητής στή γκχάτ (μεταξύ τῶν δυό φρυδιῶν).
Ὅταν οἱ δυό, ἡ Σούρατ καί ὁ Σάμπτ, συναντηθοῦν, ἑνώνονται γιά πάντα.

ΚΑΜΠΙΡ

Ὑπάρχει μιά οὐσιαστική καί ἀδιαίρετη σχέση μεταξύ τοῦ Θεοῦ καί τοῦ Θεανθρώπου, γιατί αὐτός ἐξυπηρετεῖ ὡς ἕνας ἀνθρώπινος πόλος στόν ὁποῖο ἡ Δύναμη τοῦ Θεοῦ παίζει τό ρόλο της καί βοηθᾶ στήν ἀναγέννηση τῶν τζίβα. Δέν ὑπάρχει ἀνάγκη νά ξεχωρίσουμε μεταξύ τοῦ μαγνήτη καί τοῦ μαγνητικοῦ πεδίου καί γι' αὐτό λέγεται:

Ἀφοσίωση στόν Σατγκουρού εἶναι ἀφοσίωση στόν

Κύριο,
Ὁ Σατγκουρού ἐξασφαλίζει τή σωτηρία δίνοντας ἐπαφή μέ τό Νάαμ (τή Δύναμη τοῦ Θεοῦ).

Μή ἔχοντας ἐπιθυμία γήινου πλούτου, μπορεῖ νά φαίνεται φτωχός, ἀλλά εἶναι πλούσιος στήν Ἀπεραντοσύνη τοῦ Θεοῦ καί, μιᾶς καί τά θνητά περικαλύμματα ἀποβληθοῦν, ξαναπορροφᾶται στό ἀκίνητο κέντρο, καί δέν εἶναι ὑποκείμενος σέ κανένα περιορισμό. Αὐτό πού τοῦ δίνει τήν μοναδική ὑπεροχή Του εἶναι ἀκριβῶς αὐτή ἡ πνευματική ταυτότητα μέ τό Ἀπόλυτο, καί τό νά τόν κρίνουμε στό ἀνθρώπινο ἐπίπεδο θά πεῖ πώς ἀποτυχαίνουμε νά τόν καταλάβουμε. Ὁ Ρούμι τό εἶπε πολύ ὡραῖα: «Ποτέ μήν παίρνετε τόν Θεάνθρωπο ὡς ἄνθρωπο· γιατί ἄν καί φαίνεται ἔτσι, ὅμως αὐτός εἶναι κάτι πάρα πολύ περισσότερο ἀπό ἄνθρωπος». Εἶναι ἐξαιτίας τῆς ὑπεράνθρωπης δυνητικότητάς Του πού γίνεται Διδάσκαλος. Ἔχοντας βυθιστεῖ μέσα στή Θεία Συνειδητότητα γίνεται, στήν ἀνθρώπινη κατάστασή του, ὁ πράκτοράς του καί μιλεῖ ὄχι μέ τήν ἀτομική του ἱκανότητα ἀλλά ὡς ὁ ἀντιπρόσωπος τοῦ Θεοῦ:

Τό χέρι του εἶναι τό χέρι τοῦ Θεοῦ
Καί ἡ δύναμη τοῦ Κυρίου ἐργάζεται μέσο του.

ΡΟΥΜΙ

Ὤ! φίλε μου, δέ λέω τίποτα ἀπό μόνος μου,
Προφέρω μόνον ὅ,τι βάλλει στό στόμα μου ὁ Ἀγαπημένος.

ΓΚΟΥΡΟΥ ΝΑΝΑΚ

Ἀπ' ἐμαυτοῦ δέν κάμνω οὐδέν, ἀλλά καθώς μέ ἐδίδαξεν ὁ Πατήρ μου, ταῦτα λαλῶ.

ΚΑΤΑ ΙΩΑΝΝΗ (8:28)

Ἀφοῦ ὁ Διδάσκαλος εἶναι ἕνα τέτοιο ὄν δέν πρέπει νά μᾶς ἐκπλήττει τό ὅτι πρέπει νά τόν ἔχουμε τόσο ψηλά. Καθώς εἶναι ἕνα ἐργαλεῖο τοῦ Θεοῦ, τό νά τόν ὑμνοῦμε εἶναι ἁπλῶς καί μόνο ἕνας ἄλλος τρόπος τοῦ νά ὑμνοῦμε τό Θεό, καί μέ τό νά τόν ἐκθειάζουμε πάνω ἀπό τό Θεό δέ θέτουμε σέ ἀντίθεση

τό περιορισμένο μέ τό Ἄπειρο ἀλλά ἐπιβεβαιώνουμε ὅτι ἀπό τήν ἀνθρώπινη σκοπιά, ἡ ἄποψη τοῦ Θεοῦ πού σκύβει κάτω πρός τόν ἄνθρωπο γιά νά τόν ἀνυψώσει στόν Ἑαυτό Του (δηλ. ἡ κεντρομόλα), εἶναι ἀνώτερη ἀπό αὐτή πού ἁπλῶς τοῦ ἐπιτρέπει νά ἀντεπεξέρχεται στή δράση του μέσα στόν κόσμο τῆς σχετικότητας ἀπό γέννηση σέ γέννηση (δηλ. ἡ φυγόκεντρος), ἄν καί οἱ δύο στό ὑπερανθρώπινο ἐπίπεδο φαίνονται πώς εἶναι μιά καί ἀδιαίρετη.

Ἕνα σύστημα στό ὁποῖο ὁ διδάσκαλος εἶναι τόσο πολύ τό κέντρο σέ κάθε ἄποψη τῆς ἐξωτερικῆς καί ἐσωτερικῆς πειθαρχίας καί προόδου τοῦ μαθητῆ, καί πού χωρίς τή διδαχή καί καθοδήγησή του τίποτα δέν μπορεῖ νά γίνει, πρέπει νά δίνει μεγάλη ἔμφαση στό ἀξίωμα τῆς Χάρης· καί ἡ μυστική φιλολογία δέν ὑστερεῖ στό νά τονίζει καί νά ὑπογραμμίζει αὐτή τήν ἄποψη. Ἀλλά ἄν, βλέποντας τά πράγματα ἀπό μιά πλευρά, βλέπουμε πώς ὁ Διδάσκαλος εἶναι πού δίνει τά πάντα στό μαθητή, δέν πρέπει νά ξεχνᾶμε ὅτι κάνοντας αὐτό, αὐτός ἁπλῶς καί μόνο ξεπληρώνει ἕνα χρέος πού ὀφείλει στό δικό του Γκουρού, γιατί τό δῶρο πού χαρίζει εἶναι τό δῶρο πού αὐτός ὁ ἴδιος πῆρε ὅταν ἦταν στό στάδιο τοῦ μαθητῆ, καί γι' αὐτό αὐτός συνήθως ποτέ δέ δέχεται κανένα ἔπαινο γιά τόν ἑαυτό του ἀλλά ἀποδίνει τή δύναμή του στή χάρη τοῦ δικοῦ του δασκάλου. Ἐπιπλέον, βλέποντας τά πράγματα ἀπό μιά ἄλλη πλευρά, τά πάντα εἶναι μέσα στόν ἴδιο τό μαθητή καί ὁ Διδάσκαλος δέν προσθέτει τίποτα ἀπ' ἔξω. Μόνο ὅταν ὁ κηπουρός ποτίζει καί περιποιεῖται τό σπόρο αὐτός ἀρχίζει καί ζεῖ, ὅμως τό μυστικό τῆς ζωῆς εἶναι μέσα στόν ἴδιο τό σπόρο καί ὁ κηπουρός δέν μπορεῖ νά κάνει τίποτα περισσότερο παρά νά προμηθέψει τίς συνθῆκες γιά τήν καρποφορία του. Αὐτό εἶναι πάγματι τό λειτούργημα τοῦ Γκουροῦ.

Μιά ἀρχαία Ἰνδική παραβολή δείχνει ζωντανά αὐτή τήν ἄποψη τῆς σχέσης Διδασκάλου - μαθητῆ. Διηγεῖται ὅτι μιά φορά ἕνας βοσκός ἔπιασε σέ παγίδα ἕνα μικρό λιονταράκι καί τό ἀνέθρεψε μαζί μέ τό κοπάδι του. Τό λιονταράκι, θεωρώντας τόν ἑαυτό του σάν καί αὐτούς πού ἔβλεπε γύρω του, ζοῦσε

καί συμπεριφερόταν ὅπως τά ἀρνιά καί τά πρόβατα, εὐχαριστημένο μέ τό χορτάρι πού αὐτά ἔτρωγαν καί μέ τά ἀδύναμα βελάσματα πού ἔβγαζαν. Καί ἔτσι πέρασε καιρός ὡσότου μιά μέρα ἕνα ἄλλο λιοντάρι εἶδε τό λιονταράκι νά ἀνατρέφεται βοσκώντας μέ τό ὑπόλοιπο κοπάδι. Μάντεψε τί εἶχε συμβεῖ καί λυπήθηκε γιά τήν κατάσταση τοῦ μικροῦ λιονταριοῦ, πῆγε κοντά του, τό ἔσυρε μέχρι τήν ἄκρη ἑνός ἥσυχου ρυακιοῦ, καί τό ἔβαλε νά δεῖ τήν ἀντανάκλαση τῆς μορφῆς του καθώς καί αὐτή τοῦ λιονταριοῦ καί γυρίζοντας πρός τά πίσω ἄφησε ἕνα δυνατό βρυχηθμό. Τό λιονταράκι, καταλαβαίνοντας τώρα τήν ἀληθινή του φύση, ἔκανε τό ἴδιο καί οἱ προηγούμενοι σύντροφοί του χάθηκαν ἀπό μπροστά του. Ἐπιτέλους ἦταν ἐλεύθερο νά χαρεῖ τή δίκαιη θέση του· καί στό ἑξῆς περιφερόταν ὡς βασιλιάς τοῦ δάσους.

Ὁ Διδάσκαλος εἶναι πράγματι ἕνα τέτοιο λιοντάρι. Ἔρχεται γιά νά ξυπνήσει τήν ψυχή ἀπό τό βαθύ της ὕπνο καί, δίνοντάς της ἕνα καθρέφτη, τήν κάνει νά δεῖ τήν ἔμφυτη δόξα της, τήν ὁποία, χωρίς τό δικό του ἄγγιγμα θά ἐξακολουθοῦσε νά ἀγνοεῖ. Ὅμως, ἄν δέν ἦταν ἡ ἴδια ἀπό τήν οὐσία τῆς ζωῆς, τίποτα δέ θά μποροῦσε νά τήν ἀνεβάσει σέ πνευματική συνειδητότητα. Ὁ Γκουρού δέν εἶναι παρά ἕνα ἀναμμένο κερί πού ἀνάβει αὐτά πού δέν εἶναι ἀναμμένα. Τά καύσιμα εἶναι ἐκεῖ, τό φυτίλι εἶναι ἐκεῖ, ἐκεῖνος δίνει μόνο τό δῶρο τῆς φλόγας χωρίς ὁ ἴδιος νά χάσει τίποτα. Ὁ ὅμοιος ἀγγίζει τόν ὅμοιο, ἡ σπίθα περνᾶ μεταξύ τους καί αὐτό πού εἶναι σκοτεινό φωτίζεται καί αὐτό πού ἦταν νεκρό ἀρχίζει νά ζεῖ. Ὅπως μέ τό ἀναμμένο κερί, πού τό προνόμιό του δέν εἶναι τό ὅτι εἶναι ἕνα κερί ὡς μονάδα ἀλλά τό ὅτι εἶναι ἡ ἕδρα τῆς μή ἀτομικῆς φλόγας πού δέν ἀνήκει οὔτε σ' αὐτό τό κερί οὔτε στό ἄλλο, ἀλλά στήν ἴδια τήν οὐσία ὅλης τῆς φωτιᾶς, ἔτσι εἶναι ἐπίσης καί μέ τόν ἀληθινό Διδάσκαλο. Αὐτός δέν εἶναι Διδάσκαλος γιατί εἶναι ὡς "ἄτομο" δάσκαλος ὅπως ὁποιοδήποτε ἄλλο, ἀλλά εἶναι Διδάσκαλος φέρνοντας μέσα του τό Παγκόσμιο Φῶς τοῦ Θεοῦ. Ἐπίσης, ἀκριβῶς ὅπως μόνο ἕνα κερί πού εἶναι ἀκόμη ἀναμμένο μπορεῖ νά ἀνάψει καί ἄλλα κεριά — καί ὄχι ἕνα

πού ἤδη ἔχει σβύσει — ἔτσι μόνο ἕνας ζωντανός Διδάσκαλος μπορεῖ νά δώσει τό ζωογόνο ἄγγιγμα πού χρειάζεται, καί ὄχι ἕνας πού ἔχει ἤδη φύγει ἀπό αὐτό τόν κόσμο. Αὐτοί πού ἔχουν φύγει ἦταν πράγματι μεγάλοι καί ἄξιοι κάθε σεβασμοῦ, ἀλλά ἦταν ὑπέροχοι γιά τήν ἐποχή τους, καί τό ἔργο πού ἐκπλήρωσαν γι' αὐτούς πού ἦταν γύρω τους, πρέπει, γιά μᾶς, νά ἐκτελεστεῖ ἀπό ἕναν πού ζεῖ καί κινεῖται μεταξύ μας. Ἡ μνήμη τους εἶναι ἕνας ἱερός θησαυρός, μιά αἰώνια πηγή ἔμπνευσης, ἀλλά αὐτό πού μᾶς διδάσκει ἡ ἐνθύμησή τους εἶναι τό νά ψάξουμε καί μεῖς νά βροῦμε, μέσα στόν κόσμο τῶν ζωντανῶν, αὐτό πού ἦταν ἐκεῖνοι. Μόνο τό φιλί ἑνός ζωντανοῦ Πρίγκιπα (Διδασκάλου) μπορεῖ νά ξαναφέρει στή ζωή τήν κοιμισμένη Πριγκίπισσα καί μόνο τό ἄγγιγμα μιᾶς ζωντανῆς Πεντάμορφης θά μποροῦσε νά ἐπαναφέρει τό Τέρας στήν ἔμφυτη ἀρχική του δόξα.

Ἐφόσον ἡ καθοδήγηση ἑνός ἁρμόδιου ζωντανοῦ Διδασκάλου εἶναι τέτοια πρωταρχική ἀνάγκη, τό νά βροῦμε καί νά ἀναγνωρίσουμε μιά τέτοια γνήσια ψυχή εἶναι κάτι τό πάρα πολύ σπουδαῖο. Δέν ὑπάρχει ἔλλειψη ἀπό «ψευδοπροφῆτες καί ἀπό λύκους μέ ἔνδυμα ἀμνοῦ». Ὁ ἴδιος ὁ ὅρος *Σατγκουρού,* ἤ ἀληθινός Διδάσκαλος, δηλώνει τήν ὕπαρξη τοῦ ἀντίθετου , καί εἶναι οἱ ψεύτικοι πού συναντοῦμε σέ κάθε στρίψιμο. Ὅσο ὅμως καί ἄν εἶναι δύσκολο νά βρεῖ κανείς ἕνα Θεάνθρωπο (γιατί τέτοια ὄντα εἶναι σπάνια, δέν ἐνοχλοῦν κανένα μέσα στήν ταπεινότητά τους καί εἶναι ἀπρόθυμα νά προβάλλουν τούς ἑαυτούς τους μέ θεαματικά θαύματα ἤ νά ἐπιδιώξουν τή δημοσιότητα), παρ' ὅλα αὐτά δέν εἶναι ἀδύνατο νά τόν ξεχωρίσει κανείς ἀπό τούς ὑπόλοιπους. Αὐτός εἶναι ἕνα ζωντανό παράδειγμα αὐτῶν πού διδάσκει, καί ἄν καί φαίνεται φτωχός, εἶναι πλούσιος μέσα στή φτώχεια του:

> *Μπορεῖ νά μοιάζουμε μέ ζητιάνους, ἀλλά οἱ πράξεις μας εἶναι περισσότερο ἀπό βασιλικές.*
>
> **ΣΑΜΑΣ ΤΑΜΠΡΙΖ**

Αὐτός δέν εἶναι προσκολλημένος στά ἐγκόσμια ἀντικείμε-

να καί δέν εἶναι ποτέ ἄπληστος. Δίνει τά διδάγματα καί τίς καθοδηγήσεις του ὡς ἕνα δωρεάν δῶρο τῆς φύσης, χωρίς ποτέ νά ζητᾶ τίποτα ὡς ἀνταπόδοση, συντηρώντας τόν ἑαυτό του μέ τήν ἐργασία του καί ποτέ δέν ζεῖ ἀπό προσφορές τῶν ἄλλων:

> *Μήν ὑποκλιθεῖς σέ ἕναν πού ὀνομάζει τόν ἑαυτό του Διδάσκαλο, ἀλλ' ὅμως ζεῖ ἀπό τήν ἐλεημοσύνη τῶν ἄλλων.*
> *Μόνο αὐτός πού κερδίζει τό ψωμί του μόνος του καί βοηθᾶ τούς φτωχούς εἶναι ἀπό τό ἀληθινό μονοπάτι.*

ΓΚΟΥΡΟΥ ΡΑΜ ΝΤΑΣ

Ἐπιπλέον, ἕνας γνήσιος Διδάσκαλος τῆς Ἀλήθειας ποτέ δέ δημιουργεῖ καμιά ἀντίρρηση μέσα στό νοῦ μας· ὅλες οἱ διαφορές μεταξύ πίστης καί πίστης καί αἵρεσης καί αἵρεσης, ἐξαφανίζονται στό ἄγγιγμά του, καί ἀνακαλύπτει κανείς πώς ἡ ἐσωτερική ἐμπειρία πού ἀναφέρεται μέσα στίς διάφορες γραφές εἶναι ἡ ἴδια καί ἡ αὐτή:

> *Μόνο τό μάτι τοῦ κοσμηματοπώλη μπορεῖ νά βρεῖ μέ μιά ματιά πού εἶναι τό ρουμπίνι.*

ΜΠΧΑΪ ΝΑΝΤ ΛΑΛ

Τό θέμα πού συνεχῶς ἐπαναλαμβάνεται στά διδάγματα ἑνός τέτοιου Διδασκάλου εἶναι ὅτι παρ' ὅλες τίς ἐξωτερικές διαφορές πού μᾶς συγχύζουν καί μᾶς μπερδεύουν, ἡ ἐσωτερική πνευματική οὐσία ὅλων τῶν θρησκευτικῶν διδαγμάτων εἶναι ἡ ἴδια. Λοιπόν οἱ Διδάσκαλοι δέν ἔρχονται γιά νά διαδώσουν καινούργιες πίστεις ἤ δόγματα ἀλλά νά ἐκπληρώσουν τό Νόμο πού ὑπάρχει:

> *Ὦ Νανάκ, νά ξέρεις ὅτι εἶναι ἕνας τέλειος Διδάσκαλος αὐτός πού τούς ἑνώνει ὅλους σέ ἕνα σῶμα πιστῶν.*

ΓΚΟΥΡΟΥ ΝΑΝΑΚ

Ἄν προσπαθεῖ νά προσηλυτίσει, δέν προσπαθεῖ γιά τήν ἐξωτερική μορφή καί τό ὄνομα ἀλλά γιά τό βάπτισμα τοῦ

πνεύματος πού εἶναι μέσα μας. Γι' αὐτόν, ἡ ἐσωτερική ζωή εἶναι μιά ἐπιστήμη πού εἶναι ἀνοιχτή γιά τούς ἀνθρώπους ὅλων τῶν πίστεων καί ὅλων τῶν ἐθνῶν, καί ὁποιοσδήποτε ἀκολουθήσει τήν πειθαρχία καί τήν ἄσκησή της ὅλα τά πράγματα θά προστεθοῦν σ' αὐτόν.

Ἔτσι λοιπόν τό ἐσωτερικό μήνυμα ὑπερέχει πάντοτε μέσα στά διδάγματα ἑνός πραγματικοῦ Διδασκάλου. Αὐτός μπορεῖ νά ἐξηγήσει πιό καλύτερα ἀπό ὅλους τήν ἀληθινή σημασία τῶν γραφῶν, ἀλλά δέ μιλᾶ ὡς ἕνας πού ἔχει σπουδάσει αὐτά τά θέματα ἀλλά ὡς ἕνας πού εἶχε ὁ ἴδιος τήν ἐμπειρία αὐτῶν πού ἀναφέρουν αὐτά τά γραπτά. Μπορεῖ νά χρησιμοποιήσει τίς γραφές γιά νά πείσει τούς ἀκροατές του ὅτι αὐτά πού διδάσκει εἶναι ἡ πιό ἀρχαία ἀλήθεια, ὅμως αὐτός ὁ ἴδιος δέν εἶναι ποτέ ὑποκείμενος σ' αὐτές καί τό μήνυμά του εἶναι γιά πέρα ἀπό τό ἁπλῶς διανοητικό ἐπίπεδο· αὐτό ἐμπνέεται ἀπό τή ζωντάνια καί τήν ἔνταση τῆς ἀπευθείας πρῶτο χέρι ἐμπειρίας. «Πῶς μποροῦμε νά συμφωνήσουμε», εἶπε ὁ Καμπίρ στούς θεωρητικούς παντίτ*, «ὅταν ἐγώ μιλῶ ἀπό ἐσωτερική ἐμπειρία καί σεῖς μόνο ἀπό γνώση μέσα ἀπό τά βιβλία». Αὐτός κάνει τόν ἀναζητητή νά στρέφεται πάντοτε πρός τά μέσα, λέγοντάς του γιά τούς πλούσιους ἐσωτερικούς θησαυρούς:

Σύ θεωρεῖς τόν ἑαυτό σου μιά τιποτένια μορφή ὅταν μέσα σου εἶναι διπλωμένο ὅλο τό Σύμπαν;

ΑΛΥ

Δέν ἔρχεται ἡ βασιλεία τοῦ Θεοῦ οὕτως, ὥστε νά παρατηρῆται, ἡ βασιλεία τοῦ Θεοῦ εἶναι ἐντός ὑμῶν.

ΚΑΤΑ ΛΟΥΚΑ (17:20,21)

Προσκαλῶντας τον καί παρακινῶντας τον νά ἀρχίσει τήν πειθαρχία πού ξεκλειδώνει αὐτό τό θησαυρό τοῦ λέει:

Καθάρισε τό κεφάλι σου ἀπό τίς βλέννες. Καί εἴσ-

* Σημ. Μετ. παντίτ = Ἰνδός πού ἔχει σπουδάσει τή Σανκριτική, καθώς καί τή φιλοσοφία, τή θρησκεία καί τή νομική ἐπιστήμη τῆς Ἰνδίας.

πνευσε τό φῶς τοῦ Θεοῦ.

ΡΟΥΜΙ

Καί αὐτή ἡ πειθαρχία, ἄν αὐτός εἶναι πράγματι ἕνας τέλειος δάσκαλος, δέ θά εἶναι προσηλωμένη στή Χάθα Γιόγκα ἤ σέ ἄλλες τέτοιες ὑπερβολικές ἀσκήσεις, ἀλλά στήν ὑπερβατική ἀκρόαση καί δραση συνοδευμένες ἀπό μιά σταθερή ἐξωτερική ἐξάγνιση τῶν σκέψεων καί τῶν πράξεων μέσο τῆς μετριοπάθειας καί τῆς μέ ἐνδοσκόπηση αὐτοκριτικῆς παρά μέ βασανιστήρια, στερήσεις ἤ ἀσκητισμό. Ἀλλά ἡ πιό σπουδαία καί ἡ πιό ἀλάθευτη ἀπόδειξη τοῦ Σατγκουροῦ εἶναι ὅτι τά διδάγματά του ὄχι μόνο θά ἔχουν πάντα ὡς κέντρο τους αὐτή τήν ἐσωτερική ἐπιστήμη, ἀλλά τήν ὥρα τῆς μύησης αὐτός θά εἶναι ἱκανός νά δώσει στό μαθητή μιά ὁρισμένη ἐμπειρία — ὅσο καί ἄν εἶναι στοιχειώδης — τοῦ Φωτός καί τοῦ Ἤχου ἐσωτερικῶς καί, ὅταν ὁ μαθητής μάθει νά ἀνυψώνεται πάνω ἀπό τή σωματική συνειδητότητα, θά ἐμφανιστεῖ ἡ φωτεινή Του Μορφή ἀπό μόνη της γιά νά τόν ὁδηγήσει ἀπό δῶ καί μπρός στό μακρινό ταξίδι.

Μόνο ἕνας ἀληθινός Διδάσκαλος μπορεῖ νά κάνει νά ἐμφανιστεῖ στό πνεῦμα ἡ θαυμάσια καί φωτεινή μορφή τοῦ Διδασκάλου.

ΓΚΟΥΡΟΥ ΝΑΝΑΚ

Αὐτός πού δέν μπορεῖ νά κάνει τό σκοτάδι *(γκού)* νά γίνει φῶς *(ρού)* εἶναι ἕνας μάταιος Γκουρού. Καί ὁ Νανάκ εἶπε: «Δέ θά πιστέψω στά λόγια τοῦ Διδασκάλου μου ὡσότου δῶ μέ τά δικά μου μάτια». Ἄν αὐτός εἶναι ἕνας γνήσιος δάσκαλος ποτέ δέ θά ὑποσχεθεῖ σωτηρία πού ἔρχεται μόνο μετά τό θάνατο. Συνεπῶς γι' αὐτόν αὐτό εἶναι ἕνα θέμα τοῦ ἐδῶ καί τώρα. Ἕνας πού δέν ἔχει φτάσει στήν ἀπελευθέρωση ἐνῶ ζεῖ δέν μπορεῖ νά ἐλπίζει ὅτι θά τήν κατορθώσει μετά τό θάνατο. Καί ὁ Ἰησοῦς ἐπίσης παρότρυνε τούς μαθητές του νά μάθουν τήν τέχνη τοῦ νά πεθαίνουν καθημερινῶς. Ἕνας Διδάσκαλος θά ἰσχυρίζεται ἐπίσης ὅτι ἡ πνευματικότητα εἶναι μιά ἐπιστήμη, ἄν καί μιά ὑποκειμενική ἐπιστήμη, καί ὅτι κάθε ἄτομο μπορεῖ καί πρέπει νά ἐπιβεβαιώσει τήν ἀλήθεια της μέσα στό χημεῖο

τοῦ σώματός του, δεδομένου ὅτι μπορεῖ νά δημιουργήσει τήν ἀπαιτούμενη κατάσταση, πού εἶναι ἡ σέ ἕνα μόνο σημεῖο αὐτοσυγκέντρωση. Ἡ ζωή εἶναι μιά συνεχής πορεία πού δέν ἔχει τέλος, ἄν καί μπορεῖ νά παίρνει διαφορετικές ὄψεις στά διάφορα ἐπίπεδα τῆς ὕπαρξης. Καθώς περνᾶ κανείς, χωρίς νά μπορεῖ νά κάνει διαφορετικά, ἀπό τό ἕνα ἐπίπεδο στό ἄλλο, ὑποτίθεται πώς πέθανε γιά τό ἐπίπεδο ἀπό ὅπου ἔφυγε ἡ ψυχή· γιατί δέν ἔχουμε ἀκόμη γνώση καί ἀκόμη λιγότερο ἐμπειρία γιά τή ζωή στά ἄλλα ἐπίπεδα, ὅπου ὁδηγεῖται κανείς ἀπό τήν κινητήρια δύναμη τῶν καρμικῶν δονήσεων. Ὁ Διδάσκαλος ἑτοιμάζει τό δρόμο γιά νά μᾶς ἀπελευθερώσει, σ' αὐτή τή ζωή, ἀπό αὐτά τά δεσμά καί τά ἐξαναγκαστικά πήγαινε ἔλα, συνδέοντας τή Τζίβα (ψυχή) μέ τίς αἰώνιες χορδές τῆς ζωῆς πού διαπερνοῦν παντοῦ τή δημιουργία, καί δίνει μιά πραγματική πρόγευση τῶν ἀνώτερων πνευματικῶν περιοχῶν, δεδομένου ὅτι εἶναι κανείς ἕτοιμος νά ἐγκαταλείψει τή σάρκα γιά τό πνεῦμα. «Μάθετε νά πεθαίνετε ἔτσι ὥστε νά ἀρχίσετε νά ζεῖτε» προέτρεπε ὁ Διδάσκαλος Χριστός. Εὐλογημένος εἶναι ὁ ἄνθρωπος πού καθημερινῶς προετοιμάζεται γιά νά πεθάνει.

Αὐτοί στούς ὁποίους μιλεῖ ὁ αἰώνιος Λόγος ἔχουν ἐλευθερωθεῖ ἀπό τήν ἀβεβαιότητα, καί εἶναι πράγματι δουλειά τοῦ Διδασκάλου τό νά κάνει ἀκουστό αὐτό τό Λόγο στόν ἄνθρωπο.

Ὢ Νανάκ! σπάσε ὅλους τούς ἐγκόσμιους δεσμούς,
Ὑπηρέτησε τόν ἀληθινό Διδάσκαλο καί Αὐτός
θά σοῦ δώσει ὅλα τά ἀληθινά πλούτη.

ΓΚΟΥΡΜΠΑΝΙ

Αὐτός πού ἔχει ἕναν τέτοιο δάσκαλο εἶναι πράγματι εὐλογημένος, γιατί ἔχει ἀληθινά γίνει φίλος μέ τόν ἴδιο τό Θεό καί ἔχει βρεῖ ἕνα σύντροφο πού δέν θά τόν ἐγκαταλείψει ἀκόμη καί στό τέλος τῆς γῆς, σ' αὐτή τή ζωή ἤ μετά τό θάνατο, καί πού δέ θά σταματήσει νά τόν ὁδηγεῖ ὡσότου φτάσει στόν τελικό προορισμό του καί γίνει τόσο μεγάλος καί ἀπεριόριστος ὅπως αὐτός ὁ ἴδιος.

Ἡ πέτρα τοῦ φιλοσόφου τό περισσότερο πού μπο-

ρεῖ νά κάνει εἶναι νά μετατρέψει ἕνα εὐτελές μέταλλο σέ χρυσό,
Ἀλλά δόξα στό Διδάσκαλο πού μπορεῖ νά μεταμορφώσει τό μαθητή στό δικό του οὐράνιο καλούπι.

Ὁποιαδήποτε καί ἄν εἶναι τά προβλήματά μας, βρίσκουμε εἰρήνη καί ἀνακούφιση στή συντροφιά του, καί ὁ σύνδεσμος μαζί του δίνει δύναμη καί ὑποκινεῖ τήν ἐσωτερική προσπάθεια· γι' αὐτό εἶναι ἐπείγουσα ἡ ἀνάγκη τοῦ Σάτσανγκ (σύνδεσμος μέ τόν Ἀληθινό Ἕνα), γι' αὐτούς πού δέν ἔμαθαν ἀκόμη νά ἐπικοινωνοῦν μαζί του στά ἐσωτερικά ἐπίπεδα.

Ἕνας ἀναζητητής πρέπει βεβαίως νά εἶναι κριτικός καί διακριτικός στήν ἔρευνά του γιά ἕναν τέλειο Διδάσκαλο, ἀλλά ὅταν ἐπιτύχει καί βρεῖ ἕναν (καί αὐτός πού εἶναι ἕνας γνήσιος ἀναζητητής ποτέ δέ θά ἀποτύχει, γιατί τέτοια εἶναι ἡ Θεία Ἐντολή), ποιά θά εἶναι ἡ φύση τῆς σχέσης του μαζί του; Θά συνεχίσει νά εἶναι κριτικός σ' αὐτά πού τοῦ εἶπε καί σ' αὐτά πού παρατηρεῖ; Θά συνεχίσει νά κρίνει κάθε πράξη τοῦ δασκάλου του μέ τό μικροσκόπιο τῆς διάκρισής του; Τό νά κρατᾶ κανείς μιά τέτοια στάση ἀκόμη καί μετά πού ἀρχικῶς ἔχει ἐπιβεβαιώσει τή γνησιότητα Αὐτοῦ τοῦ Τέλειου, θά πεῖ πώς ἀποτυχαίνει νά ἐκτιμήσει τό μεγαλεῖο του καί νά ἀνταποκριθεῖ σωστά σ' αὐτό. Συναντώντας κανείς μιά τέτοια ψυχή συναντᾶ ἕναν ἀπείρως πιό ἀνώτερο ἀπό τόν ἑαυτό του, καί καταλαβαίνοντας ὅτι αὐτός εἶναι ἕνα μέ τό Θεό γίνεται ταπεινός καί γεμάτος δέος. Τό νά τόν κρίνει κανείς μέ τίς περιορισμένες του ἱκανότητες εἶναι σάν νά προσπαθεῖ νά βάλλει τόν ὠκεανό μέσα σέ ἕνα σωληνάριο, γιατί αὐτός ὑποκινεῖται ἀπό αἰτίες πού δέν μποροῦμε ποτέ νά καταλάβουμε.

Αὐτός πού μπορεῖ νά ἐκτιμήσει τήν εὐλογία τοῦ νά γίνει δεκτός ἀπό τόν Σατγκουρού ἤ τόν *μουρσίντ - ι - καμίλ*, θά ὑμνεῖ πάντοτε τή Χάρη, τήν ὀμορφιά καί τήν τέλεια ἀγάπη Του:

Ἄν ὁ Ὄμορφος ἔπαιρνε τήν περιπλανώμενη ψυχή μου κάτω ἀπό τή φτερούγα του, θά θυσίαζα ὅλες

τίς αὐτοκρατορίες γιά τή χαριτωμένη κρεατοελιά πού εἶναι στό πρόσωπό του.

ΧΑΦΙΖ

Αὐτός ποτέ δέ θά συζητᾶ τίς πράξεις τοῦ Διδασκάλου του, ἀκόμη καί ἄν δέν μπορεῖ νά τίς καταλάβει, γιατί γνωρίζει ὅτι ἀκόμη καί:

Ἄν ὁ Κχίρ βούλιαξε τό πλοῖο στή θάλασσα
Ὅμως σ' αὐτό τό μή ὀρθό ὑπάρχουν χίλια σωστά.

ΡΟΥΜΙ

Θά πρέπει νά ἀναπτύξει τήν ἀγάπη ἑνός παιδιοῦ, πού ἔχοντας ἐμπιστευτεῖ τόν ἑαυτό του, σέ ἕνα ἀγαπημένο χέρι, κινεῖται ὅπως κατευθύνεται ἀπό αὐτό, χωρίς ποτέ νά ρωτᾶ γιά τίποτα:

...ὅστις δέν δεχθῇ τήν βασιλείαν τοῦ Θεοῦ ὡς παιδίον, δέν θέλει εἰσέλθει εἰς αὐτήν.

ΚΑΤΑ ΛΟΥΚΑ (18:17)

Ἀκόμη καί ἄν σοῦ ζητήσει νά βάψεις τόν τόπο τῆς προσευχῆς μέ κρασί, μή σκανδαλιστεῖς, ἀλλά κάνε το,
Γιατί Αὐτός πού εἶναι Ὁδηγός σου γνωρίζει καλά τό ταξίδι καί τά διάφορα στάδιά του.

ΡΟΥΜΙ

Τά κρυπτογραφικά λόγια τοῦ Θεανθρώπου πολύ συχνά σαστίζουν τήν ἀνθρώπινη νόηση. Οἱ ἐντολές του, μπορεῖ, πολλές φορές, νά φαίνονται ἀντίθετες πρός τά κείμενα τῶν γραφῶν ἤ τῶν ἠθικῶν ἐντολῶν, ἀλλά στήν πραγματικότητα δέν εἶναι. Πρέπει κανείς νά τίς ἀκολουθεῖ μέ πλήρη πίστη, καί στόν κατάλληλο χρόνο θά ἀποκαληφτεῖ ἡ ἀληθινή τους σημασία.

Καί ἡ ἀγάπη τοῦ λάτρη πρέπει νά εἶναι ὅπως τήν ἀγάπη τοῦ παιδιοῦ, γεμάτη ταπεινότητα καί ἁπλότητα. Μόνο ἡ ἁγνότητα τῆς φλόγας της θά κάψει τήν ἐγκόσμια σκουριά:

Ἄναψε τή φωτιά τῆς ἀγάπης καί κάψε ὅλα τά πράγματα,

Καί μετά βάλε τό πόδι σου στή χώρα αὐτῶν πού ἀγαποῦν.

ΜΠΑΧΑ - ΟΥ - ΛΛΑΧ

Συγκόλλησε καί κάνε το ἕνα τό δοχεῖο πού εἶναι τώρα χωρισμένο σέ χίλια μέρη, ἔτσι ὥστε νά μπορέσει νά γίνει κατάλληλο νά περιλάβει τό φῶς τοῦ Θεοῦ. Αὐτό εἶναι ὁ σύνδεσμος μεταξύ τοῦ ἀναζητητοῦ καί τοῦ Φίλου Του· καί μέσο του, μεταξύ τοῦ ἀναζητητοῦ καί τοῦ 'Απόλυτου. Πῶς ἀλλιῶς μπορεῖ νά ἀγαπᾶ κανείς τό 'Ανώνυμο καί τό 'Αμορφο παρά μέσο 'Εκείνου πού εἶναι ἡ ἀληθινή Του ἐνσωμάτωση, γιατί ὅπως ὁ Κύριος ἀποκάλυψε στό Μωάμεθ:

Δέν κατοικῶ οὔτε στά ὑψηλά οὔτε στά χαμηλά, οὔτε στόν οὐρανό οὔτε στή γῆ, οὔτε ἀκόμη καί στόν παράδεισο,
Ὦ ἀγαπημένε, πίστεψέ με, ὅσο καί ἄν φαίνεται παράξενο.
Κατοικῶ στήν καρδιά τοῦ πιστοῦ καί εἶναι ἐκεῖ πού μπορεῖς νά μέ βρεῖς.

ΡΟΥΜΙ

Σ' αὐτό τό μονοπάτι τοῦ μυστικισμοῦ ὁ συλλογισμός εἶναι ἡ βοήθεια, ἀλλά ὁ συλλογισμός εἶναι ἐπίσης καί τό ἐμπόδιο.Μόνο ἡ ἀγάπη μπορεῖ νά γεφυρώσει τήν ἄβυσο, νά καλύψει τό χάσμα καί νά ἑνώσει τό περιορισμένο στό 'Απειρο, τό θνητό στό 'Αθάνατο, τό σχετικό στό 'Απόλυτο. Μιά τέτοια ἀγάπη δέν εἶναι αὐτοῦ τοῦ κόσμου ἤ αὐτῆς τῆς σάρκας. Εἶναι τό κάλεσμα τῆς ψυχῆς πρός τήν ψυχή, τοῦ ὅμοιου πρός τόν ὅμοιον, τό καθαρτήριο καί ὁ παράδεισος. Ποιός μπορεῖ νά περιγράψει τήν ἔκτασή της;

Μή μιλᾶς γιά τή δυστυχία τῆς Λάιλα ἤ τοῦ Ματζνούν.
Ἡ ἀγάπη σου ἔχει ἐκμηδενίσει τίς παλιές ἀγάπες.

ΣΑΑΝΤΙ

Ζῆσε ἐλευθερωμένος ἀπό τήν ἀγάπη γιατί αὐτή ἡ ἴδια ἡ εἰρήνη της εἶναι ἀγωνία.

ΑΡΑΒΙΚΟ ΠΟΙΗΜΑ

Ἕνα ἑκατομμύριο μιλᾶ γιά ἀγάπη, καί ὅμως πόσο λίγοι τή γνωρίζουν,
Ἀληθινή ἀγάπη εἶναι τό νά μή χάσει κανείς τήν ἐνθύμηση οὔτε γιά μιά στιγμή.

ΚΑΜΠΙΡ

Πράγματι, ἡ ἀκατάπαυστη ἐνθύμιση ἀνήκει στήν οὐσία τῆς ἀγάπης. Αὐτός πού θυμᾶται κατ' αὐτόν τόν τρόπο ἀναγκαστικά θά ζεῖ σέ συνεχή ἐνθύμηση τῶν ἐντολῶν τοῦ Ἀγαπημένου καί σέ συνεχή ὑπακοή. Μιά τέτοια ἀγάπη καίει στή φωτιά της τή σκουριά τοῦ ἐγωισμοῦ· ὁ μικρός ἑαυτός ξεχνιέται καί αὐτός πού ἀγαπᾶ παραδίνει τήν ἀτομικότητά του στό βωμό τοῦ Ἀγαπημένου του:

Ἄν θά ταξιδέψεις στό δρόμο τῆς ἀγάπης,
Μάθε πρῶτα νά ταπεινώνεσαι καί νά γίνεσαι σκόνη.

ΑΝΣΑΡΙ ΤΟΥ ΧΕΡΑΤ

Ἡ ἀγάπη δέν φύεται στούς ἀγρούς οὔτε πουλιέται στήν ἀγορά,
Ὁποιοσδήποτε θέλει νά τήν ἔχει, εἴτε βασιλιάς εἴτε ζητιάνος, πρέπει νά πληρώσει μέ τή ζωή του.
Νά φέρεις τό κεφάλι σου μέσα στήν παλάμη σου ὡς προσφορά,
Ἄν θέλεις νά πατήσεις στή Θαυμαστή χώρα τῆς ἀγάπης.

ΚΑΜΠΙΡ

Ἐπίσης:

Καταραμένη νά εἶναι ἡ ζωή κατά τήν ὁποία δέν βρίσκει κανείς ἀγάπη γιά τόν Κύριο·
Δῶσε τήν καρδιά σου στόν ὑπηρέτη Του γιατί Αὐτός θά σέ πάει σ' Ἐκεῖνον.

Μιά τέτοια αὐτοπαράδοση εἶναι μόνο τό προάγγελμα τῆς κληρονομιᾶς ἑνός πλατύτερου καί ἁγνότερου Ἑαυτοῦ ἀπό αὐτόν πού γνωρίζουμε, γιατί τέτοια εἶναι ἡ δύναμη τῆς μαγείας του πού ὁποιοσδήποτε κτυπήσει τήν πόρτα του θά μετα-

μορφωθεῖ στό δικό του χρῶμα:

> *Αὐτός πού ἀγαπᾶ γίνεται ὁ 'Αγαπημένος — τέτοια εἶναι ἡ ἀλχημεία τῆς ἀγάπης του·*
> *Καί ὁ Ἴδιος ὁ Θεός ζηλεύει ἕναν τέτοιο 'Αγαπημένο.*

ΝΤΑΝΤΟΥ

> *Καλώντας τόν Ράντζχα, γίνομαι ἕνα μέ αὐτόν*

ΜΠΟΥΛΛΕΧ ΣΑΧ

Γιά τέτοιου εἴδους ἀγάπη μίλησε ὁ Θεός Κρίσνα στή Γκίτα καί γιά τέτοια ἀγάπη κήρυξε ὁ 'Απόστολος Παῦλος στούς ἀκροατές του:

> *Μετά τοῦ Χριστοῦ συνεσταυρώθην· ζῶ δέ οὐχί πλέον ἐγώ, ἀλλ' ὁ Χριστός ζῇ ἐν ἐμοί· καθ' ὅ δέ τώρα ζῶ ἐν σαρκί, ζῶ ἐν τῇ πίστει τοῦ Υἱοῦ τοῦ Θεοῦ, ὅστις μέ ἠγάπησε, καί παρέδωκεν ἑαυτόν ὑπέρ ἐμοῦ.*

ΑΠΟΣΤΟΛΟΣ ΠΑΥΛΟΣ (Πρός Γαλάτας 2:20)

Οἱ Σούφι μιλοῦν γι' αὐτό ὅταν λένε γιά τήν *φάνα - φίλ - σέχ* (ἐκμηδένιση μέσα στό Διδάσκαλο):

> *Ἡ ἀπέραντη ἐξάπλωση τοῦ ἑαυτοῦ μου εἶναι τόσο γεμάτη, μέχρι ξεχειλίσματος, ἀπό τήν εὐωδία τοῦ Κυρίου, πού καί αὐτή ἡ ἴδια ἡ σκέψη τοῦ ἑαυτοῦ μου ἔχει τελείως ἐξαφανιστεῖ.*

Αὐτό ἐννοοῦν οἱ Χριστιανοί μύστες ὅταν τονίζουν τήν ἀναγκαιότητα τοῦ «Θανάτου ἐν Χριστῷ». Χωρίς μιά τέτοια αὐτοπαράδοση, ἡ μάθηση μόνη της δέν ἔχει μεγάλο ὄφελος:

> *Ἡ μάθηση εἶναι μόνο τό παδί τῶν γραφῶν*
> *Ἡ ἀγάπη εἶναι ἡ μητέρα τους.*

ΠΕΡΣΙΚΟ ΠΟΙΗΜΑ

> *Ὁ κόσμος εἶναι ἀπορροφημένος στό διάβασμα τῶν γραφῶν, ὅμως ποτέ δέν φτάνει στή γνώση.*
> *Ἀλλά ὅποιος ἔχει ἕνα δράμι ἀγάπης, σ' αὐτόν ὅλα ἀποκαλύπτονται.*

ΚΑΜΠΙΡ

Μόνο μιά τέτοια ἀγάπη εἶναι τό κλειδί γιά τό ἐσωτερικό βασίλειο:

Ὅστις δέν ἀγαπᾶ δέν ἐγνώρισε τόν Θεόν· διότι ὁ Θεός εἶναι ἀγάπη.

ΙΩΑΝΝΟΥ Α! ΕΠΙΣΤΟΛΗ (4:8)

Τό μυστικό τῶν μυστηρίων τοῦ Θεοῦ εἶναι ἡ ἀγάπη.

ΡΟΥΜΙ

Μέ τήν Ἀγάπη Αὐτός μπορεῖ νά πιαστεῖ καί νά κρατηθεῖ, ἀλλά μέ τή σκέψη ποτέ.

ΤΟ ΣΥΝΝΕΦΟ ΤΗΣ ΑΓΝΟΙΑΣ

Ἀλήθεια, ἀλήθεια σᾶς λέω, μόνο αὐτοί πού ἀγάπησαν ἔφτασαν τό Θεό.

ΓΚΟΜΠΙΝΤ ΣΙΝΓΚ

Καί ἡμεῖς ἐγνωρίσαμε καί ἐπιστεύσαμεν τήν ἀγάπην, τήν ὁποίαν ἔχει ὁ Θεός πρός ἡμᾶς. Ὁ Θεός εἶναι ἀγάπη· καί ὅστις μένει ἐν τῇ ἀγάπῃ, ἐν τῷ Θεῷ μένει, καί ὁ Θεός ἐν αὐτῷ.

ΙΩΑΝΝΟΥ Α! ΕΠΙΣΤΟΛΗ (4:16)

Ἡμεῖς ἀγαπῶμεν αὐτόν, διότι αὐτός πρῶτος ἠγάπησεν ἡμᾶς.

ΙΩΑΝΝΟΥ Α! ΕΠΙΣΤΟΛΗ (4:19)

Αὐτή ἡ σχέση τῆς ἀγάπης μεταξύ τοῦ Σατγκουροῦ καί τῆς σίσια του, τοῦ Θεανθρώπου καί τοῦ μαθητῆ του, ἔχει πολλές φάσεις καί πολλές ἐξελίξεις. Ἀρχίζει μέ σεβασμό πρός κάποιον πού ξέρει πιό πολλά ἀπό αὐτόν. Καθώς ὁ μαθητής ἀρχίζει νά ἐκτιμᾶ τήν ἀφιλοκερδή ἀνησυχία τοῦ Διδασκάλου γιά τήν εὐτυχία καί τήν πρόοδό του, τά αἰσθήματά του ἀρχίζουν νά μαλακώνουν μέ τή δροσιά τῆς ἀγάπης καί ἀρχίζει νά ἀναπτύσσει πίστη, ὑπακοή καί εὐλάβεια. Μέ περισσότερη ὑπακοή καί πίστη γίνεται καί μεγαλύτερη προσπάθεια, καί μέ τή μεγαλύτερη προσπάθεια ἔρχεται περισσότερη στοργή ἀπό τό Διδάσκαλο. Ἡ προσπάθεια καί ἡ χάρη πᾶνε χέρι μέ χέρι

καί κάθε μιά μέ τή σειρά της βοηθᾶ στήν ἀνάπτυξη τῆς ἄλλης. Ὅπως ἡ ἀγάπη τῆς μητέρας γιά τά παιδιά της τέτοια εἶναι καί ἡ ἀγάπη τοῦ θείου βοσκοῦ γιά τό ποίμνιό του. Δέν ξεχωρίζει μεταξύ αὐτοῦ πού ἀξίζει καί αὐτοῦ πού δέν ἀξίζει, ἀλλά, ὅπως τή μητέρα, τά βάθη καί οἱ θησαυροί τῆς ἀγάπης του ξεκλειδώνονται μόνο γι' αὐτούς πού ἀνταποκρίνονται καί ἀνταποδίνουν τήν ἀγάπη του:

Αὐτός εἶναι μέ ὅλους τό ἴδιο, ὅμως καθένας παίρνει τό μερίδιό του σύμφωνα μέ τή δική του ἀμοιβή.

ΓΚΟΥΡΟΥ ΑΜΑΡ ΝΤΑΣ

Κάνοντας μεγαλύτερη προσπάθεια καί παίρνοντας περισσότερη χάρη ἀπό τό Διδάσκαλο, ὁ μαθητής προχωρεῖ πολύ στίς ἐσωτερικές του σάντνα, καί ὁδηγεῖται τελικά σέ πλήρη ὑπέρβαση τῆς σωματικῆς συνειδητότητας. Ὅταν κατορθωθεῖ αὐτή ἡ ὑπέρβαση, αὐτός βλέπει τόν Γκουρού του νά περιμένει μέ τή Φωτεινή του Μορφή νά παραλάβει καί νά ὁδηγήσει τό πνεῦμα του στά ἐσωτερικά ἐπίπεδα. Τώρα, γιά πρώτη φορά, τόν βλέπει στήν ἀληθινή του δόξα, καί συνειδητοποιεῖ τίς ἀχανεῖς διαστάσεις τοῦ μεγαλείου του. Ἀπό ἐδῶ καί ἐμπρός γνωρίζει ὅτι αὐτός εἶναι περισσότερο ἀπό ἄνθρωπος καί ἡ καρδιά του ξεχειλίζει ἀπό ὕμνους καί ταπεινή ἀφοσίωση. Ὅσο ὑψηλότερα ἀνεβαίνει στό πνευματικό του ταξίδι τόσο περισσότερο ἐπιμένει στά ἐγκώμιά του, γιατί συνειδητοποιεῖ μέ περισσότερη ἔνταση ὅτι αὐτός πού κάποτε νόμιζε πώς ἦταν ἕνας φίλος, δέν εἶναι ἁπλῶς καί μόνο ἕνας φίλος ἀλλά ὁ Ἴδιος ὁ Θεός πού ἦρθε κάτω γιά νά τόν ἀνυψώσει μέχρι τόν Ἑαυτό Του. Αὐτός ὁ δεσμός τῆς ἀγάπης, μέ τήν ἀνάπτυξή του βαθμιαίως, γίνεται ὁ καθρέφτης τῆς ἐσωτερικῆς προόδου, καθώς πηγαίνει ἀπό τό περιορισμένο στό Ἄπειρο:

Ἡ ἀγάπη ἀρχίζει στή σάρκα καί τελειώνει στό πνεῦμα.

ΑΓΙΟΣ ΒΕΡΝΑΡΔΟΣ

Στήν ἀρχική της φάση, μπορεῖ νά παρομοιασθεῖ μέ τή γήινη ἀγάπη, αὐτή μεταξύ τοῦ γονιοῦ καί τοῦ παιδιοῦ, τοῦ φίλου

μέ τό φίλο, τοῦ ἐραστή μέ τήν ἀγαπημένη, τοῦ δασκάλου μέ τό μαθητή, ἀλλά μιᾶς καί φτάσει τό σημεῖο ὅπου ὁ μαθητής ἀνακαλύπτει τό δάσκαλό του στή φωτεινή του δόξα μέσα στόν ἑαυτό του, ὅλες οἱ ἀναλογίες συντρίβονται καί ὅλες οἱ παρομοιώσεις ἀφήνονται πίσω γιά πάντα· τό μόνο πού παραμένει εἶναι μιά κίνηση τῶν χεριῶν καί μετά σιωπή:

Ἄς γράψουμε μέ κάποιον ἄλλο τρόπο
Τά μυστικά τῆς ἀγάπης — εἶναι καλύτερα ἔτσι.
Ἄφησε τό αἷμα καί τό θόρυβο καί ὅλα αὐτά,
Καί μή μιλᾶς πιά γιά τόν Σάμας Ταμπρίζ.

ΡΟΥΜΙ.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΕΚΤΟ

Ἡ Οὐσία τῆς Θρησκείας

ΣΤΟ προηγούμενο κεφάλαιο, σχεδιαγραφήσαμε τίς κυριότερες γραμμές τῆς Σούρατ Σάμπτ Γιόγκα καί ἐξετάσαμε μέ συντομία τά σπουδαιότερα χαρακτηριστικά της. Εἴδαμε μέ ποιό τρόπο παραθέτει ὅτι ὁ Θεός ὅταν ἐκδηλώθηκε πῆρε μορφή ὡς Λόγος, *Νάαμ, Σάμπτ, Οὐτζίτ, Κάλμα, Σώτ* ἤ *Σραόσα* καί ὅτι αὐτοί οἱ ὅροι δέν ἀναφέρονται σέ ἀφηρημένες ἔννοιες τῆς Θείας Θέλησης ἤ Λογικῆς ἀλλά σέ κάτι περισσότερο· σ' ἕνα πνευματικό ρεῦμα οὐράνιας ἁρμονίας πού ἀκτινοβολεῖ μέ λαμπρότητα. Αὐτό τό ρεῦμα εἶναι στό κέντρο ὅλης τῆς δημιουργίας, καί φέρνει σέ ὕπαρξη τά διάφορα ἐπίπεδά της, δίνοντάς τους ζωή καί συντηρώντας τα. Αὐτός, πού μέ τήν καθοδήγηση κάποιου, πού ἔχει ὁ ἴδιος γίνει κυρίαρχος τοῦ Δρόμου μπορεῖ νά ἔρθει σέ ἐπαφή μέ αὐτό τό ρεῦμα ἐσωτερικῶς, μπορεῖ νά ὑπερβεῖ τό φυσικό κόσμο καί σταθερά νά ἀνυψωθεῖ πάνω ἀπό ὅλα τά ἐπίπεδα τῆς σχετικότητας καί, ὅταν γίνει ἕνα μέ Αὐτό, νά φτάσει πίσω στήν ἴδια τήν πηγή Του, διαφεύγοντας ἔτσι ἀπό τά βασίλεια τοῦ περιορισμοῦ σ' αὐτό τῆς Ἄπειρης Συνειδητότητας καί τοῦ Ἀπόλυτου Εἶναι.

Γιά νά δείξουμε ὅτι αὐτά τά διδάγματα δέν εἶναι περιορισμένα σέ κανένα λαό ἤ σέ καμιά ἐποχή ἀλλά εἶναι ἐφαρμόσημα παγκοσμίως, εἰκονογραφήθηκε μέ συντομία κάθε σπουδαία ἄποψη ἀπό τίς ἀφηγήσεις τῶν μυστῶν παρμένες ἀπό τίς

διάφορες θρησκευτικές παραδόσεις: Ἰνδική, Ἰσλαμική καί Χριστιανική. Ὅμως αὐτές οἱ ἀφηγήσεις ἀναφέρονται μόνο ὡς ἐπεξηγηματικές παραπομπές. Ἄν οἱ ἀρχές τῆς Σούρατ Σάμπτ Γιόγκα εἶναι πράγματι παγκόσμιες, ἄν πραγματικά ὁδηγοῦν στήν ἀπόλυτη ἀλήθεια καί εἶναι βασισμένες ὄχι σέ δόγματα ἄλλα σέ «γεγονότα», ἄν καί μιᾶς ὑπερφυσικῆς φύσης, ἀλλά γεγονότα πού μποροῦν νά ἐπαληθευτοῦν ἀπό ὁποιονδήποτε πού εἶναι ἕτοιμος νά κάνει τήν πειθαρχία πού ἀπαιτεῖται γιά τή μελέτη τους, τότε ὁ ἀναζητητής πού ἐρευνᾶ σίγουρα θά πιστοποιήσει ὅτι αὐτές οἱ ἀρχές εἶναι, μέ τή μιά μορφή ἤ τήν ἄλλη, μέσα στήν καρδιά ὅλων τῶν μεγάλων θρησκειῶν, καί θά ἐπιθυμεῖ μιά πιό συστηματική ἔκθεσή τους ἀπό ὅ,τι ἦταν δυνατό στήν ἀφήγηση, πού προηγήθηκε, τῆς Σούρατ Σάμπτ Γιόγκα. Μιά περιεκτική καί λεπτομερής διατριβή αὐτοῦ τοῦ θέματος εἶναι πέρα ἀπό τό σκοπό αὐτοῦ τοῦ βιβλίου, καί τό περισσότερο πού μποροῦμε νά κάνουμε εἶναι μόνο τό νά ὑποδείξουμε μερικούς χρήσιμους τρόπους ἔρευνας τούς ὁποίους, αὐτοί πού ἐπιθυμοῦν νά ἐμβαθύνουν περισσότερο, μποροῦν νά ἀκολουθήσουν. Ἐπιπλέον, τό θέμα πού ἐπαναλαμβάνεται συχνά ἀπό ὅλους τούς μεγάλους Διδάσκάλους εἶναι, ὅτι ἄν καί τά διδάγματά τους εἶναι παγκόσμια στή φύση τους καί μποροῦν νά ἐπαληθευτοῦν ἀπό τήν ἐκτενή παγκόσμια λογοτεχνία τῶν γραφῶν*, ὅμως τό νά καθηλώσει κανείς τόν ἑαυτό του ἁπλῶς καί μόνο στήν ἐξήγηση μέσα ἀπό τά βιβλία εἶναι τό νά χάσει τελείως τήν ἀληθινή σημασία τῶν διδαγμάτων τους. Τό μόνο πού χρειάζεται νά κάνει ὁ ἀναζητητής εἶναι τό νά πιστοποιήσει ἀπό περασμένες καταγραφές ὅτι αὐτό πού τοῦ ἔχουν πεῖ εἶναι ἡ πιό παλιά ἀλήθεια, ἔτσι ὥστε νά ἀρχίσει τήν πειθαρχία πού ἀπαιτεῖται μέ πλήρη πίστη καί χωρίς ἐπιφύλαξη . Ἡ τελική ἐπαλήθευση πρέπει νά εἶναι μιά ἀπευθείας καί πρῶτο χέρι ἐσωτερική ἐμπειρία καί ὄχι γνώση ἀπό τά βιβλία, ἡ ὁποία, ὅταν πάει πέρα ἀπό τά σωστά της ὅρια καί γίνει

* Γιά περισσότερες λεπτομέρειες ἀναφερθεῖτε στό βιβλίο «*Νάαμ* ἤ *Λόγος*» ἀπό τόν ἴδιο συγγραφέα.

αὐτή ἡ ἐπιδίωξή μας, ἀποτυχαίνει τό σκοπό της καί γίνεται ἐπικίνδυνο ἐμπόδιο πού μᾶς ἀποσπᾶ ἀπό τό στόχο.

I. Η ΑΡΧΑΙΑ ΘΡΗΣΚΕΥΤΙΚΗ ΣΚΕΨΗ: ΙΝΔΙΚΗ, ΚΙΝΕΖΙΚΗ, ΚΑΙ ΙΡΑΝΙΚΗ.

Ἰνδουϊσμός

Ἡ Ἰνδική θρησκεία εἶναι ἕνας ἀπέραντος ὠκεανός θρησκευτικῆς σκέψης, καθώς πρόερχεται ἀπό τούς ἀρχαιότατους χρόνους, πολύ πρίν τήν ἀρχή τῆς ἱστορίας, καί περιλαβαίνει μέσα στήν ποικιλόχρωμη ὑφή της σέ διάφορες ἀποχρώσεις, μιά ἀτέλειωτη ποκιλία σχεδίου καί χρώματος ὅπως αὐτή ἀναπτυσσόταν μέσα στόν ἀνθρώπινο νοῦ· ἀπό τόν ἀνιμισμό* στή λατρεία τῆς Φύσης, ἀπό τίς δυνάμεις τῆς Φύσης σέ ἀφηρημένες μορφές σ' αὐτή τῶν προσωποποιημένων καί συγκεκριμένων φυσικῶν μορφῶν, ἀπό τούς θεούς καί τίς θεές στόν ἕνα Ὑπέρτατο Θεό, στήν ἀρχή προσωπικό, καί μετά ἀπρόσωπο· ἀπό τή μορφή στό χωρίς μορφή. Τό Ἰνδικό Πάνθεο προσφέρει ἕνα θέαμα ἑνός ἀπέραντου καί ἰσχυροῦ σμήνους στόν περίεργο ἐρευνητή πού εἰσδύει μέσα στήν καταχνιά τοῦ πανάρχαιου παρελθόντος.

Ἡ Ἡλιολατρεία, ἡ λατρεία τοῦ *Ἡλιου,* ἦταν κάτι τό συνηθισμένο μεταξύ τῶν λαῶν τοῦ κόσμου. Ὁ *Σόλ* ἤ ὁ Ἥλιος ἦταν πάντοτε ἀντικείμενο μεγάλου σεβασμοῦ γιά τόν ἄνθρωπο, καί λατρεύτηκε καί προσκηνήθηκε σέ ὅλο τόν κόσμο ἀπό ἀμνημόνευτους χρόνους. Οἱ ἀρχαῖοι Ἕλληνες καί οἱ Ρωμαῖοι κτίζουν ναούς στόν Ἀπόλλωνα ἤ Φοῖβο ὅπως ὀνόμαζαν τόν θεό - Ἥλιο στόν καιρό τους. Μέσα σέ ὅλους τούς ναούς τους, ἡ εἰκόνα ἤ ἡ παρουσίαση τοῦ θεοῦ - Ἥλιου κατεῖχε μιά σπουδαία θέση στήν ἱεραρχία τους. Ὑπάρχει ἕνας φημισμένος ναός τοῦ Ἥλιου στό Κονάρκ, στή Νότια Ἰνδία, καί στήν ἱστορική πόλη τοῦ Μουλτάν ἤ τή χώρα τοῦ Ἥλιου, στή Βό-

*Σημ. Μεταφρ. τό δόγμα τῆς *anima mundi* (ἀπόδοση ζωντανῆς ψυχῆς στά ἄψυχα ἀντικείμενα καί στά φυσικά φαινόμενα).

ρεια. Ἐπιπλέον, *Τζόγκ - μάγια* ἤ *Τζότ - μάγια* ναοί εἶναι σπαρμένοι σέ ὁλόκληρη τήν Ἰνδική περιοχή.

Καί οἱ ἀρχαῖοι Ἕλληνες ἐπίσης μιλοῦν γιά τόν *Σάμπτ*. Ἔχει γραφεῖ γιά τό Σωκράτη ὅτι ἄκουγε μέσα του ἕνα παράξενο ἦχο πού τόν τραβοῦσε ἀκατάμαχητα σέ ἀνώτερα πνευματικά βασίλεια. Καί ὁ Πυθαγόρας ἐπίσης μίλησε γιά τόν Σάμπτ, γιατί περιέγραψε τό Θεό ὡς "Ὑπέρτατη Μουσική Ἁρμονιῶν". Ὁ Θεός ἦταν γι' αὐτόν: "Ἀπόλυτη Ἀλήθεια, ντυμένη μέ φῶς". Ὅταν διάταξε ἕναν ἀετό νά πετάξει κάτω σέ κεῖνον καί μιά ἀρκούδα νά σταματήσει νά ἀφανίζει τήν Ἀπούλια, τό ἔκπληκτο πλῆθος τόν ρώτησε τήν πηγή ἀπό ὅπου τοῦ ἐρχόταν αὐτές οἱ δυνάμεις. Αὐτός ἀπάντησε ὅτι ὅλα αὐτά τά ὄφειλε στήν "Ἐπιστήμη τοῦ Φωτός".

Ἐπίσης, στήν ἑλληνική γλώσσα ἔχουμε τή μυστική λέξη *Λόγος*. Αὐτή προέρχεται ἀπό τή ρίζα *λέγω* πού σημαίνει μιλῶ καί ἀπό αὐτή ἔχουμε τούς κοινούς ὅρους, μονόλογος, διάλογος, πρόλογος, ἐπίλογος καί οὕτω καθεξῆς. Ὁ Λόγος σημαίνει καί δηλώνει τό "Λόγο" ἤ τή "Λογική". Ὁ ὅρος *Λόγος* ὑπάρχει ἐπίσης καί στήν Ἑβραϊκή καί στή Χριστιανική φιλοσοφία καί Θεολογία καί χρησιμοποιεῖται, στή μυστικιστική του ἔννοια, ἀπό τούς Ἑλληνιστικούς καί Νεο - πλατωνικούς φιλόσοφους. Οἱ Χριστιανοί τό χρησιμοποιοῦν γιά νά δηλώσουν τό δεύτερο πρόσωπο τῆς Ἁγίας Τριάδας.

Οἱ ἀρχαῖοι στή Δύση κληρονόμησαν αὐτή τήν ἰδέα ἀπό τούς προγόνους τους, οἱ ὁποῖοι, στήν ἔρευνά τους γιά τήν ἰσχυρή δύναμη τοῦ Θεοῦ χιλιάδες χρόνια πρίν τή Χριστιανική περίοδο, εἶχαν ἀποκτήσει μεγάλη ἀγάπη καί λατρεία γιά τή *Σουρίγια* τήν ὁποία θεωροῦσαν τό πᾶν καί τό τέλος ὅλων τῶν ἀνθρώπινων προσπαθειῶν, καί ὡς μιά ὁρατή ἀντιπροσωπευσή του πάνω σ' αὐτή τή γῆ. Αὐτοί μετάφεραν μαζί τους αὐτήν τήν ἰδέα παντοῦ ὅπου πήγαιναν, εἴτε πρός τήν Ἀνατολή εἴτε πρός τή Δύση, καί συνέθεταν ὕμνους καί ἔψελναν ψαλμούς ὑμνώντας τήν ἔνδοξη σφαίρα, τήν πηγή ὅλης τῆς ζωῆς πάνω σ' αὐτόν τόν ἡλιακό πλανήτη. Αὐτοί πού ἐγκαταστάθηκαν στό Ἰράν (Περσία) καί συνεπῶς ἔγιναν γνωστοί ὡς Πάρσεις,

ἐξακολουθοῦν νά λατρεύουν τή μεγάλη θεότητα σέ μιά ἄλλη ἀκόμη μορφή — τή φωτιά — τήν ὁποία διατηροῦν ἀναμμένη συνεχῶς στούς ναούς τους ὡς συμβολική γιά τήν ἱερή φλόγα πού ἔκαιγε μέσα στήν ἀνθρώπινη καρδιά καί πάντοτε ξεπηδοῦσε πρός τόν οὐρανό. Ὁ Ρατού Ζωροάστρης, ὁ Ἰρανός προφήτης τῆς ζωῆς καί τοῦ φωτός ἔψαλλε μέ ζωντανή καί γεμάτη ἀγάπη πίστη γιά τό μεγαλεῖο τοῦ Θεοῦ τοῦ Φωτός καί δίδαξε στό λαό νά κάνει τό ἴδιο.

Ἡ *Ἄγκνι* ἤ ἡ φωτιά ἦταν ἕνα κρυμμένο μυστικό τῶν θεῶν, οἱ ὁποῖοι κρατοῦσαν αὐτή τή μυστήρια δύναμη πολύ ζηλότυπα. Αὐτή, ὅπως λέει ὁ Ἑλληνικός μύθος, κλάπηκε ἀπό τόν Προμηθέα καί δώθηκε στόν ἄνθρωπο, καί γι' αὐτό ὁ Δίας, ὁ πατέρας τῶν Θεῶν, τόν ἔδεσε σέ αἰώνιο μαρτύριο. Στό Κεφάλαιο VI τῆς Τσαντόγκια Οὐπανισσάδα, λέγεται πώς εἶναι: «τό πρωταρχικό στοιχεῖο τοῦ ὁποίου ἡ δημιουργία ἔκανε δυνατή τή δημιουργία τῶν ἄλλων στοιχείων, νεροῦ, γῆς» κ.τ.λ.

Ὁ δεύτερος κλάδος τῶν Ἀρίων πού ἔστρεψε πρός τά ἀνατολικά στήν Ἰνδο - Γαγγική πεδιάδα ἀποτεινόταν ἐπίσης μέ ἀγάπη πρός τήν *Ἀντίτια* καί ἔχουμε ὕμνους μέσα στίς Βέδες πού ἀπευθύνονται στούς *Χιρανιαγκάρμπχα, Σαβιτάρ* καί *Οὔσα,* πού ὅλοι ἀντιπροσωπεύουν τή Μοναδική δύναμη πού συντηρεῖ τή ζωή, τόν Ἥλιο. Οἱ εὐλαβεῖς Διδάσκαλοι τῆς Βεδικῆς περιόδου ἦταν ὅλοι τους θαυμαστές τῶν ἐξαγνιστικῶν καί θεραπευτικῶν ἰδιότητων τοῦ Θεοῦ Ἥλιου, καί ἔτσι δέν πρέπει νά ἀπορροῦμε πού βλέπουμε πολλούς ὕμνους μέσα στή Βεδική φιλολογία νά θεοποιοῦν τόν ἥλιο. Στό Βιβλίο Χ, 121, βρίσκουμε:

> *Στήν ἀρχή ἀνέτειλε ὁ Χιρανιαγκάρμπχα, γεννημένος ὡς ὁ μοναδικός κύριος ὅλων τῶν δημιουργημένων ὄντων·*
> *Αὐτός στερέωσε καί συγκράτησε αὐτή τή γῆ καί τόν οὐρανό·*
> *Ποιό θεό πρέπει ἐμεῖς νά λατρεύουμε μέ τό ἀφιέρωμά μας;*
> *Ποιό χρόνο ἦρθε τό ἰσχυρό νερό, πού περιεῖχε τό*

Παγκόσμιο σπέρμα, πού παράγαγε τήν Ἄγκνι,
Ἀπό ὅπου ξεπήδησε τό Μοναδικό Πνεῦμα τοῦ Θεοῦ σέ ὕπαρξη:
Ποιό Θεό πρέπει νά λατρεύουμε μέ τό ἀφιέρωμά μας;

Σέ ἕναν ἄλλο ὕμνο, ἀναφέρεται ὡς "ὁ αὐτόφωτος σοφός Ἀντίτια".

Στό Βιβλίο I, 113, ἔχουμε ἕνα ὕμνο στήν Αὐγή καί μέσα σ' αὐτόν ὑπάρχουν, μεταξύ ἄλλων, οἱ ἀκόλουθες γραμμές:

Ἦρθε αὐτό τό φῶς πού μεταξύ ὅλων τῶν φώτων εἶναι τό πιό ὡραῖο· γεννήθηκε ἡ φωτεινή μακριά ἐκτεινόμενη λαμπρότητα.
Ἡ νύχτα διώχτηκε γιά τήν ἀνατολή τοῦ Σαβιτάρ, καί παραχώρησε ἕνα τόπο γιά νά γεννηθεῖ τό πρωινό...
Σηκωθεῖτε! ἡ πνοή, ἡ ζωή, μᾶς ἔφτασαν ξανά: τό σκοτάδι ἔφυγε μακριά, καί πλησίασε τό φῶς. Αὐτή ἄφησε στόν ἥλιο ἕνα μονοπάτι γιά νά ταξιδέψει· φτάσαμε ἐκεῖ ὅπου οἱ ἄνθρωποι παρατείνουν τήν ὕπαρξη.

Ὅλα αὐτά θά μποροῦσαν νά θεωρηθοῦν στήν κατά γράμμα ἔννοια τους ὡς τίποτα περισσότερο ἀπό λατρεία τῆς Φύσης, ἕνα προσκύνημα στόν ἥλιο, πράγμα νοητό σέ ἕνα λαό πού ἐξαρτιόταν ἀπό τή γεωργία γιά τή συντήρησή του. Ἀλλά ἡ ἀρχαία Ἰνδική φιλολογία ἔχει μιά ἀπατηλή ποιότητα. Φαίνεται πώς μᾶς διδάσκει σέ ἕνα ἐπίπεδο, καί ὅταν ἔχουμε προσαρμοστεῖ σ' αὐτό, ξαφνικά μᾶς μεταφέρει σέ ἕνα ἄλλο. Αὐτός πού μπορεῖ νά ἀκολουθήσει τίς λεπτότητές της βρίσκει μέσα σ' αὐτή ἕνα πλοῦτο πού σπάνια συναντιέται ἀλλοῦ πουθενά. Ὑπάρχει πολλαπλότητα στίς ἔννοιες, πού κλιμακώνονται ἀπό φυσικές σέ κοσμικές καί πνευματικές, καί ἀπό κυριολεκτικές σέ συμβολικές καί ἐσωτερικές, πού μᾶς προκαλοῦν σέ πολλαπλά ἐπίπεδα ἐμπειρίας καί μᾶς προσφέρουν ἀξιόλογες ἀνταμοιβές. Ἔτσι, ὅταν ἀρχίσαμε νά μελετοῦμε αὐτές τίς συχνές ἀναφορές στόν ἥλιο, ἀρχίζουμε νά βλέπουμε ὅτι ὁ "ἥ-

λιος" ὁ ὁποῖος ἀναφέρεται δέν εἶναι πάντοτε τό κέντρο τοῦ φυσικοῦ μας Σύμπαντος, ὅπως ἀρχικά νομίζαμε πώς ἦταν. Ἔτσι, στήν Ἴσσα Οὐπανισσάδα, ἔχουμε:

> *Ἡ πόρτα τοῦ Ἀληθινοῦ εἶναι σκεπασμένη μέ ἕνα χρυσό δίσκο.*
> *Ἄνοιξέ τη, ὦ Πούσαν, γιά νά μπορέσουμε νά δοῦμε τή φύση τοῦ Ἀληθινοῦ.*

Μετά ἀπό τήν ἀφήγηση τέτοιων δηλώσεων, ὅταν διαβάζουμε γιά τόν Μπραχμάν ἤ τόν ὑπέρτατο Ἕναν, ὅτι εἶναι *Τζιοτισβάτ*, γεμάτος φῶς, καί *Πρακασβάτ*, προικισμένος μέ λαμπρότητα, ἀρχίζουμε νά ἀνακαλύπτουμε μέσα σ' αὐτούς τούς ὅρους μιά ἐσωτερική ἔννοια πού προηγουμένως τήν παραβλέψαμε. Αὐτό κορυφώνεται ὅταν διαβάζουμε τό *Γκαγιάτρι*, τό δέκατο μάντρα τῆς δέκατης ἕκτης σούτρα στήν τρίτη μαντάλα τῆς Ρίγκ Βέδα:

> *Ψιθυρίζοντας τήν ἱερή συλλαβή «Ὤμ» (Ἀούμ) ὑψώσου πάνω ἀπό τίς τρεῖς περιοχές,*
> *Καί στρίψε τήν προσοχή σου στόν ἐσωτερικό Ἥλιο πού Ἀπορροφᾶ τά Πάντα.*
> *Παραδεχόμενος τήν ἐπίδρασή του ἀπορροφήσου μέσα στόν Ἥλιο.*
> *Καί αὐτός θά σέ κάνει σάν ἐκεῖνον Φωτεινό.*

Αὐτό τό μάντρα θεωρεῖται τό πιό ἱερό, τό *μούλ μάντρα* μεταξύ τῶν Βεδικῶν κειμένων, καί διδάσκεται γιά ἀπαγγελία μεταξύ τῶν Ἰνδῶν ἀπό τή νεαρή τους ἡλικία. Ἐδῶ, ἡ ἐσωτερική πνευματική ἔννοια τοῦ «Ἥλιου» φαίνεται πολύ καθαρά. Τό ἀντικείμενο τοῦ σεβασμοῦ δέν εἶναι αὐτό πού μᾶς προμηθεύει μέ φῶς στόν ἐξωτερικό κόσμο, ἀλλά εἶναι μιά ἀρχή πού ὑπερβαίνει τά τρία ἐπίπεδα τῆς ὕπαρξης, τό φυσικό, τό ἀστρικό καί τό αἰτιατό, καί εἶναι ἡ πηγή τῆς ἐσωτερικῆς διαφώτισης. Αὐτή ἡ ἀρχή ἀναφέρεται ὡς *Ὤμ (Ἀούμ)*, ἕνας ὅρος τοῦ ὁποίου τά τρία γράμματα ὑποδηλώνουν τίς τρεῖς φάσεις τῆς ἀνθρώπινης ἐμπειρίας: τό «Α» ἀναφέρεται στήν ξυπνητή κατάσταση *(τζαγκράτ)*, τό «ΟΥ» στήν κατάσταση τοῦ ὀνείρου *(σουάπνα)* καί τό «Μ» στήν κατάσταση τοῦ βαθιοῦ ὕπνου

(σουσούπτι). Ἡ τελική πραγματικότητα περιλαβαίνει καί τά τρία ἐπίπεδα, καί τίς τρεῖς φάσεις τῆς ἀνθρώπινης ὕπαρξης, ἀλλ' ὅμως πάει πάνω ἀπό αὐτά. Ἡ σιωπή πού ἀκολουθεῖ κάθε ἀπαγγελία τῆς λέξης *Ἀούμ* ὑποδηλώνει τήν κατάσταση τοῦ Τουρίγια ἤ τοῦ Ἀπόλυτου Ὄντος, πού εἶναι ἡ ἀπερίγραπτη πηγή καί τό τέλος τῶν πάντων. Εἶναι ὁ Μπραχμάν, Αὐτός πού ὑπερβαίνει τά πάντα, τοῦ ὁποίου ἡ πρωταρχική ἰδιότητα εἶναι ἡ λαμπρότητα, ἀλλά πού αὐτός ὁ ἴδιος εἶναι ἀκόμη πιό πάνω ἀπό αὐτή τή λαμπρότητα. Γι' αὐτό τό λόγο τό μάντρα στήν πρωταρχική μορφή του μέσα στή Ρίγκ Βέδα ἔχει ἀκόμη μιά σειρά προστεθημένη σ' αὐτό, πού δίνεται μόνο στούς σανιάσιν καί σέ διαλεγμένους μαθητές — *Πάρο Ράτζ - αζάλ Σαβάντ Ἀούμ:* Αὐτός πού ὑπερβαίνει τή λαμπρότητα εἶναι αὐτό τό Ἀούμ.

Τό Γκαγιάτρι ὄχι μόνο διασαφηνίζει τό συνηθισμένο μπέρδεμα στίς ἀναφορές στόν ἥλιο, πού εἶναι ἄφθονες μέσα στίς Βέδες, ἀλλά ρίχνει φῶς ἐπίσης καί σέ ἕνα ἄλλο θέμα πού ἐπαναλαμβάνεται συνεχῶς μέσα στήν Ἰνδική σκέψη. Οἱ πολλές εἰκόνες της καί ἡ δημοτικότητά της μᾶς φέρνουν στό θέμα τῶν μάντρα καί στή θέση πού κατέχουν στήν ἄσκηση τῆς Ἰνδικῆς θρησκείας. Τά μάντρα ἤ οἱ λεκτικοί τύποι σέ Σανσκριτικούς στίχους ἤ πρόζα κατατάσσονται σέ δύο εἴδη: αὐτά πού εἶναι ἁπλῶς γιά ἀπαγγελία καί δέ χρειάζεται νά γίνουν νοητά, καί αὐτά πού εἶναι θεῖες ἐπικλήσεις, τῶν ὁποίων ἡ σημασία πρέπει νά εἶναι γνωστή ἔτσι ὥστε νά μπορεῖ ὁ λάτρης νά κρατᾶ τήν προσοχή του στό θεῖο ἀντικείμενο. Τά διάφορα μάντρα ἔχουν τό καθένα τό δικό του ἀτομικό ὄφελος. Ὑπάρχουν αὐτά πού ἡ ἀπόκτηση τῆς δύναμης πού κρύβουν ἤ *σίντι* δίνει ἐπαφή μέ μαγικές δυνάμεις μιᾶς κατώτερης τάξης *(τάμσικ)*· ὑπάρχουν ἄλλα πού παρέχουν δύναμη θάρρος καί σθένος *(ράτζσικ)*· καί τελικά αὐτά τῶν ὁποίων ὁ μοναδικός σκοπός εἶναι ἡ πνευματική ἀνύψωση *(σάτβικ)*· Μεταξύ τῶν τελευταίων ὅπως ἤδη ἔχουμε δεῖ, τό Γκαγιάτρι εἶναι τό πιό σεβαστό.

Τό ἔθιμο τῶν μάντρα, ἀπό ἀμνημόνευτους χρόνους, τονίζει

τήν πνευματική σπουδαιότητα τοῦ Ἤχου. Ἄν τό ψάλσιμο ὁρισμένων τύπων λέξεων δίνει μαγική δύνατότητα ἤ βοηθᾶ τήν πνευματική πρόοδο, τότε πρέπει νά ὑπάρχει σέ κοιμισμένη κατάσταση μέσα στόν ἴδιο τόν Ἦχο μιά ἐσωτερική δύναμη. Καί γι' αὐτό τό λόγο εἶχαν τή Βάκ Ντέβι, τή θεά τῆς ὁμιλίας, σέ μεγάλη ὑπόληψη. Κάθε λέξη ἔχει τό μοναδικό της χαρακτήρα καί θέση, ἀλλά ἀπό ὅλες τίς λέξεις ἡ *Ἀούμ* εἶναι ἡ πιό ἱερή. Ἔχουμε ἤδη ἐξετάσει μερικές ἀπό τίς συμβολικές της ἔννοιες. Σ' αὐτές μποροῦμε νά προσθέσουμε καί ἄλλες. Δέν εἶναι μόνο ἕνας ὅρος πού δηλώνει τίς ἰδιότητες τοῦ Ἀπόλυτου Μπραχμάν, ἀλλά ἕνας πού δηλώνει τόν ἴδιο τόν Μπραχμάν. Στή Ρίγκ Βέδα ἔχουμε:

Πρατζαπάτι βάι ἰντάμ ἀγγρέφ ἀσέετ
Τάσια βαγκ ντβίτια ἀσέετ,
Βάγκ βάι παρμάμ Μπράχμα.

(«Στήν ἀρχή ἦταν ὁ Πρατζαπάτι, ὁ Μπραχμάν, μαζί μέ τόν ὁποῖο ἦταν ὁ Λόγος καί ὁ Λόγος ἦταν πράγματι ὁ Ὑπέρτατος Μπραχμάν»). Αὐτό τό κείμενο ἀξιοσημείωτα ἀντιστοιχεῖ μέ τήν ἀρχή τοῦ κατά Ἰωάννη Εὐαγγελίου:

Ἐν ἀρχῇ ἦτο ὁ Λόγος, καί ὁ Λόγος ἦτο παρά τῷ Θεῷ καί ὁ Θεός ἦτο ὁ Λόγος.

Ἔτσι τό *Ἀούμ* γίνεται Μπραχμάν πού ἐκδηλώνει τόν Ἑαυτό Του στό Λόγο, καί μέσα στήν Τεϊτρίγια Οὐπανισσάδα, Αὐτό ἀναφέρεται ὡς «Θήκη τοῦ Μπραχμάν», ὡς κάτι πού παίρνει τή ζωή Του ἀπό τόν Μπραχμάν καί Τόν περιέχει. Αὐτή ἡ ἄποψη γίνεται ἀκόμη πιό σαφής στή Σάμ Βέδα:

Ὁ Μπραχμάν εἶναι συγχρόνως καί Σάμπτ καί Ἀσάμπτ,
Καί μόνο ὁ Μπραχμάν πάλλει μέσα στό διάστημα.

Μέ ἄλλα λόγια, ὁ Ἀπόλυτος Ἕνας δέν εἶναι μόνο ἐσωτερική φωτεινότητα ἀλλά καί κάτι πέρα ἀπό αὐτή, ὅπως ὑποδηλώνεται μέσα στό Γκαγιάτρι. Αὐτός εἶναι μέ τό Λόγο, τόν Σάμπτ ἤ *Ἀούμ,* ὅμως εἶναι πέρα ἀπό Αὐτόν. Καί ὁ Ἦχος καί τό Φῶς πράγματι ἀναφέρονται ὡς οἱ πρωταρχικές Του ἐκδη-

λώσεις. Τό Γκαγιάτρι συνιστᾶ ὅτι ἐνῶ συγκεντρωνόμαστε στό Θεῖο Λόγο *Ἀούμ*, νά προσηλώσουμε τήν προσοχή μας στόν ἐσωτερικό Ἥλιο, ἐνῶ στήν Τσαντόγγια Οὐπανισσάδα, λέει ὅτι ἡ *Νάαντ*, ἤ ἡ θεία μουσική, πηγάζει ἀπό τόν Παγκόσμιο Ἥλιο (τοῦ Μπραχμάντ), ἕνα μυστικό πού δόθηκε ἀπό τόν Ἄνγγρις Ρίσι στόν Κρίσνα, τόν ἀγαπημένο γιό τῆς Ντέβκι (III: 17-6 καί 93). Ἦταν αὐτή ἡ μυστική διόραση πού βρίσκουμε μέσα στίς *σρούτι*, τίς γραφές πού ἀποκαλύφτηκαν μέσο τῆς ἐσωτερικῆς ἀκοῆς, πού ὁδήγησε στήν ἀνάπτυξη αὐτοῦ πού ὀνομάστηκε ἡ *Σφότα - βάντα* ἤ ἡ φιλοσοφία τοῦ Λόγου. Οἱ δάσκαλοι αὐτοῦ τοῦ μονοπατιοῦ κήρυξαν ὅτι ὁ Ἀπόλυτος ἦταν χωρίς Λόγο, χωρίς μορφή, ἀπερίγραπτος καί ἀπεριόριστος. Ὅταν Αὐτός ἐκδηλώθηκε, πρόβαλε τόν Ἑαυτό Του ὡς *Σφότα* ἤ Λόγο πού ἀκτινοβολοῦσε Φῶς καί ἔπαλλε μέ ἀπερίγραπτη Μουσική.

Ὁ ἀναζητητής πού ἐπιθυμεῖ νά ὑπερβεῖ τά σχετικό ἐπίπεδο καί νά πάει στό Αἰώνιο καί Ἀναλλοίωτο πρέπει νά ἔρθει σέ ἐπαφή μέ τή Σφότα ἤ τή Δύναμη τοῦ Λόγου μέσο τῆς ὁποίας μπορεῖ νά ὑψωθεῖ στόν Μπραχμάν, πού εἶναι πέρα ἀπό τόν Σάμπτ ἤ Σφότα. Τό μονοπάτι τῆς Θεογνωσίας δέν εἶναι βεβαίως εὔκολο. Εἶναι δύσκολο τό νά μπεῖ κανείς σ' αὐτό, δύσκολο νά τό ἀναγνωρίσει, δύσκολο νά παραμείνει σ' αὐτό καί δύσκολο νά τό διασχίσει· ὅμως αὐτό εἶναι ὁ μόνος δυνατός Δρόμος, γι' αὐτόν πού εἶναι ἀληθινός πρός τόν Γκουρού του καί τό σκοπό Του.

Τέτοιες πράγματι ἦταν οἱ ἀλήθειες πού διδάχτηκαν καί ἀσκήθηκαν ἀπό τούς σοφούς τῶν δασῶν τῆς ἀρχαίας Ἰνδίας. Ἀλλά πόσες ἀπό αὐτές ἐπέζησαν ἀπό τότε; Γιά τό μεγαλύτερο μέρος βρίσκουμε τελετουργικά ὅπως τό φύσημα ὀστράκων, τό κτύπημα καμπάνων, τό κούνημα φώτων, καί τή λατρεία τοῦ ἥλιου. Αὐτά μαρτυροῦν τά ἐσωτερικά μυστήρια, ἀλλά πόσο λίγοι ἔχουν ἐπίγνωση τῆς πραγματικῆς τους σημασίας; Παρ' ὅλη τήν ἰσχυρή καί διαρκή ἐπίδραση τοῦ θεοῦ Κρίσνα πού ἔφερε τά καλύτερα ἀπό τά διδάγματα τῶν Βεδῶν στήν καρδιά τοῦ κοινοῦ ἀνθρώπου, ἡ θρησκεία στήν Ἰνδία ὁ-

πως καί ἄλλοῦ τείνει νά ἐκφυλιστεῖ ἁπλῶς καί μόνο σέ φυλετική τάξη καί τελετές. Λατρεύονται τό ἐξωτερικό φῶς καί ἡ μουσική, ἀλλά ὁ φλογοβόλος καί ἠχηρός Λόγος ἐσωτερικῶς, πρός τόν ὁποῖο αὐτά δείχνουν, μένει παραμελημένος· «τό φῶς κράζει μέσα στό σκοτάδι καί τό σκοτάδι δέν τό καταλαβαίνει».

Βουδισμός

Τά διδάγματα τοῦ Βούδα ἀντιπροσωπεύουν, σέ πολλά σημεῖα, μιά ἀντίδραση ἐναντίον τῶν θρησκευτικῶν παραδόσεων πού εἶναι μέσα στίς Βέδες, καί πού μερικές ἔχουν διαστρεβλωθεῖ, ἀλλ' ὅμως ἐπιβεβαιώνουν πολλές ἀπό τίς βασικές ἀρχές πού ἔχουμε ἤδη ἐξετάσει. Ἡ ζωή τοῦ ἴδιου τοῦ Βούδα ἔγινε ἕνας θρύλος πού ἐνσωματώνει μέ ἕνα ζωηρό καί ἐκπληκτικό τρόπο, τήν ἀνάγκη τοῦ ἀνθρώπου νά στρίψει ἀπό τόν φαινομενικό, ἐξωτερικό κόσμο, πρός τόν νοούμενο, ἐσωτερικό κόσμο. Ἡ φυγή τοῦ Βούδα ἀπό τό παλάτι καί ὁ πηγεμός του στήν ἐρημιά ὡς ἕνας ζητιάνος ψάχνοντας γιά τήν Ἀλήθεια, παρ' ὅλη τή βασιλική γενιά του καί ἔχοντας ὅλα ὅσα θά μποροῦσαν νά κάνουν τή ζωή εὐτυχισμένη στό σπίτι, ἦταν μιά ἀνήκουστη θυσία. Ἦταν πράγματι μιά ἡρωική προσπάθεια ἀπό μέρους του τό νά περιπλανιέται γιά ἕξι ὁλόκληρα χρόνια, καί τό νά καταφύγει σέ ὅλων τῶν εἰδῶν τίς στερήσεις καί τούς σωματικούς πόνους, ἀπομένοντας ἕνας σκέτος σκελετός, καί αὐτό ἐπιβάλλει βαθύ καί διαρκή θαυμασμό καί λατρεία. Ἀλλά οὔτε ἡ ζωή τῆς πολυτέλειας στό σπίτι οὔτε τῶν τάπα στή ζούγκλα μποροῦσαν νά τόν βοηθήσουν νά λύσει τό πρόβλημα τῆς δυστυχίας, τῆς στενοχώριας, τῆς ἀρρώστιας καί τοῦ θανάτου, πού εἶχε πιστοποιήσει ὅτι ἦταν ἡ κοινή μοίρα τῆς ἀνθρώπινης ζωῆς στό φυσικό κόσμο. Ἦταν μιά αὐθόρμητη ἀπόφασή του τό νά ἐγκαταλείψει τήν ἀσκητική ζωή ὅπως εἶχε κάνει μέ αὐτή τῆς πολυτέλειας προηγουμένως. Καθισμένος κάτω ἀπό τό Μπόντχι δέντρο στήν Γκάγια, σέ ἤρεμο διαλογισμό, παράδωσε τόν ἑαυτό του στή θεία ἐπίδραση, πού δρᾶ ἀπό μόνη της καί μοναχή της, ὅταν παραδίνει κανείς τόν ἑαυ-

τό του τελείως στό πιό ἱερότατο καί τό πιό ἀνώτατο μέσα στή Φύση, ὅταν ξαφνικά ἔλαμψε σάν ἀστραπή στὸ ἐσωτερικό του μάτι ἡ πολυπόθητη λύση στό πιό μπερδεμένο πρόβλημα τῆς ζωῆς, σέ μιά διαδοχική ἁλυσίδα αἰτίας καί ἀποτελέσματος: (1) τό ἀναντίρρητο γεγονός τῆς δυστυχίας, (2) ἡ αἰτία τῆς δυστυχίας, (3) ἡ πιθανότητα τῆς ἀπομάκρυνσης τῆς δυστυχίας καί τελικά (4) τό μονοπάτι πού ὁδηγεῖ στήν ἀπελευθέρωση ἀπό τή δυστυχία. Αὐτό ἦταν τό Μονοπάτι τοῦ Χρυσοῦ Μέσου, μεταξύ τῆς αὐτοκατάχρησης καί τοῦ αὐτοβασανισμοῦ, τά ὁποῖα καί τά δύο ἦταν ἐξίσου ὀδυνηρά καί ἀνώφελα στήν ἔρευνα γιά τήν ἀλήθεια. Γι' αὐτό τοῦ δόθηκε τό ὄνομα τοῦ Μεσαίου Μονοπατιοῦ, καί αὐτό ἦταν ἡ ὀρθότητα στήν ὀχτάπτυχο ἄποψη τῆς ζωῆς, πού ἔχουμε ἤδη περιγράψει στό προηγούμενο μέρος αὐτοῦ τοῦ βιβλίου.

Αὐτό ἦταν μέ λίγα λόγια τό νόημα τοῦ πρώτου κηρύγματος τοῦ Διδασκάλου στό Σαρνάθ, πού δόθηκε στούς πέντε πρώτους *Μπικκοῦ*. Τά ἁπλά καί ἀπευθείας διδάγματα, τά ἐλεύθερα ἀπό τίς σοφιστεῖες τῆς τάξης τοῦ κλήρου — τούς Μπράχμιν — πού εἶχαν κάνει τούς τύπους καί τά τελετουργικά ὡς τό πᾶν γιά τή σωτηρία τοῦ ἀνθρώπου, εἶχαν μιά τρομερή ἐπίδραση στό λαό γενικῶς. Καί δέν πρέπει λοιπόν νά ἀποροῦμε πού ἡ καινούργια πίστη εἶχε ἕνα μεγάλο ἀριθμό προσύλητων, ἀπό τούς ἀρχηγούς πού κυβερνοῦσαν μέχρι τούς ἁπλοϊκούς ἀνθρώπους, οἱ ὁποῖοι πρόθυμα φόρεσαν τόν κίτρινο χιτώνα.

Αὐτή εἶναι ἡ ἐξωτερική ἄποψη ὅπως καί σέ ὅλες τίς ἄλλες θρησκεῖες τοῦ κόσμου πρίν καί μετά τήν ἐποχή τοῦ Βούδα, καί τά πῆγε καλά μέ τή μάζα, γιατί τούς ἔδωσε μιά σαφή προοπτική τῆς ζωῆς καί τοῦ τρόπου ζωῆς. Τά πολύπλοκα Βεδικά προβλήματα, τό Βεδικό Πάνθεο καί ὁ Βεδικός τρόπος λατρείας εἶχαν ξεπεραστεῖ μέ ἕνα μόνο σάρωμα, καί ζητιόταν ἀπό τό λαό νά ἐξελίξει καί νά ἀνυψώσει τή συμπεριφορά του καί ὅλα τά ἄλλα θά ἀκολουθοῦσαν ἀπό μόνα τους. Αὐτό ἦταν, κατά κάποιο τρόπο, ἡ αὐστηρή τήρηση τῶν γιάμα καί νιγιάμα πού κάνουν τή Σαντακάρ (τήν ὀρθή συμπεριφορά), τό

πρῶτο καί πρωταρχικό βῆμα πρός τή σωστή κατεύθυνση.

Αὐτό δέν σημαίνει ὅτι ὁ Βούδας ἀρνήθηκε τήν ὕπαρξη τοῦ Θεοῦ ἤ τῶν βημάτων πού ὁδηγοῦν σέ Ἐκεῖνον στό πνευματικό μονοπάτι. Ἁπλῶς καί μόνο ἡ μή ἐπικύρωση γιά κάτι πού ἦταν ἀνώτερης ἀξίας καί ζωτικοῦ ὄφελους πολύ πιό πρίν ἀπό τήν ἐποχή του καί γιά τό ὁποῖο ὁ κοινός ἄνθρωπος δέν ἦταν ἀκόμη προετοιμασμένος καί ἕτοιμος νά τό δεχτεῖ δέ σημαίνει καί τήν ἄρνησή του. Τό ἀνώτερο Μονοπάτι ἀφέθηκε βεβαίως γιά τούς λίγους διαλεχτούς καί κρατήθηκε γιά τούς ἐκλεκτούς, πού ἦταν ἄξιοι γιά τό μυστικό δίδαγμα τό σχετικό μέ τήν ὑπερβατική ἀκοή, ὅπως διαβάζουμε στήν *Σουρανγκάμα Σούτρα,* ὅπου περιγράφονται οἱ πνευματικές ἐμπειρίες τῶν ἀνώτατων *Βοδισάτβα* καί *Μαχασάτβα* καί τῶν μεγάλων *Ἀρχάτ,* ὅπως ὁ Μάχα Κασιάπα, ὁ Σαριπούτρα, ὁ Σαμάντ Μπχάντρα, ὁ Μεταλουνιπούτρα, ὁ Μωντγκαλιάνα, ὁ Ἀκσομπία, ὁ Βετζούρια, ὁ Μαιτρίγια, ὁ Μαχασθέμα - Πράπτα καί ἄλλοι. Ὅλοι τους στίς διηγήσεις τους μαρτυροῦν, μέ τή μιά μορφή ἤ τήν ἄλλη, γιά τή χρυσοπόρφυρη λαμπρότητα, τήν ἀπεραντοσύνη τῆς ἁγνῆς νοητικῆς οὐσίας, τήν ὑπερβατική ἀντίληψη, τήν ὑπερβατική καί οὐσιαστική ἀκοή τῆς ὁποίας τήν ἐμπειρία ἔχει ὁ ἐσωτερικός νοῦς, καί πού ὁδηγεῖ στόν ἀπερίγραπτο καί μυστηριακό Ἦχο τῆς Ντάρμα σάν τό βρυχηθμό ἑνός λιονταριοῦ ἤ τό κρούσιμο τυμπάνων· ἡ δυεισδυτική δύναμη τοῦ στοιχείου τῆς φωτιᾶς, κάνει τή διόραση τῆς διαίσθησης φωτεινά καθαρή καί τούς κάνει ἱκανούς νά δοῦνε ὅλα τά βασίλεια τῶν Ντέβα καί τελικά τή Βουδική χώρα τῆς Ἀκινησίας ἀφήνοντας γυμνή μέχρι τόν πυρήνα τήν ἴδια τήν καρδιά τῶν ἰσορροπημένων καί ρυθμικῶν αἰθερικῶν δονήσεων. Αὐτοί μιλοῦν ἐπίσης γιά τό «Ὑπέρτατο, θαυμάσιο καί τέλειο Σαμάντι τῆς ὑπερβατικῆς Συνειδητότητας», πού ὀνομάζεται «Ἀδαμάντινο Σαμάντι», καί κατορθώνεται μέσο τῆς «Οὐσιαστικῆς Ἀκοῆς», ὅταν ὁ νοῦς ἀπελευθερωμένος ἀπό τίς νοητικές μολύνσεις, χάνει τόν ἑαυτό του μέσα στό «Θεῖο Ρεῦμα».

Μετά πού ἄκουσε τίς διάφορες προσωπικότητες, ὁ Μαν-

τζούσρι, ὁ πρίγκιπας τῆς Ντάρμα ἔδωσε μεγάλη ἔμφαση στό ἐπίτευγμα «τῆς ὑπέρτατης ἁγνότητας τῆς νοητικῆς οὐσίας καί τῆς οὐσιαστικῆς της λαμπρότητας πού λάμπει αὐθόρμητα πρός ὅλες τίς κατευθύνσεις», καί παρότρυνε τή Μεγάλη Συνέλευση «νά ἀντιστρέψουν τήν ἐξωτερική τους ἀντίληψη τῆς ἀκοῆς καί νά ἀκούσουν ἐσωτερικῶς τόν τέλεια ἑνοποιημένο καί οὐσιαστικό Ἦχο τῆς νοητικῆς οὐσίας». Μετά συνόψισε τό θέμα στά ἑξῆς ἀξιομνημόνευτα λόγια:

> Αὐτός εἶναι ὁ μόνος δρόμος πρός τό Νιρβάνα, καί τόν ἔχουν ἀκολουθήσει ὅλοι οἱ Ταθαγκάτα τοῦ παρελθόντος. Ἐπιπλέον, αὐτός εἶναι γιά ὅλους τούς Βοδισάτβα - Μαχασάτβα τοῦ παρόντος καί γιά ὅλους τοῦ μέλλοντος ἄν θέλουν νά ἐλπίζουν γιά τέλεια διαφώτιση. Ὄχι μόνο ὁ Ἀβαλοκιτεσβάρα κατόρθωσε τήν τέλεια διαφώτιση στούς πολύ παλιούς χρόνους μέ αὐτόν τό Χρυσό Δρόμο, ἀλλά καί στό παρόν, ἐγώ εἶμαι ἐπίσης ἕνας ἀπό αὐτούς... Μαρτυρῶ ὅτι τά μέσα πού χρησιμοποίησε ὁ Ἀβαλοκιτεσβάρα εἶναι τά πιό κατάλληλα μέσα γιά ὅλους*.

Ἐπίσης, οἱ διαλογιστές στή σχολή Χιναγιάνα τοῦ Βουδισμοῦ ὀνομάζονταν καί *Σραβάκ* πού σημαίνει "ἀκροατές", δηλ. ἀκροατές τῆς ἐσωτερικῆς ἀρχῆς τοῦ Ἦχου.

Ἀλλά μετά τό θάνατο τοῦ Κυρίου, τά μυστικά διδάγματα πού δόθηκαν ἀπό αὐτόν στούς λίγους διαλεχτούς σιγά - σιγά ἐξαφανίστηκαν καί ὁ Βουδισμός ὅπως ὅλες οἱ ἄλλες θρησκεῖες μετά πού ἐξυπηρέτησε τή μεγάλη ἀνάγκη τῆς στιγμῆς, τώρα ἀπομένει ἁπλῶς καί μόνο μιά συλλογή ἀπό δόγματα καί πίστεις καί προσφέρει μικρή ἀνακούφιση στούς ἀναζητητές τῆς Ἀλήθειας, ἡ ὁποία ἔρχεται μόνο ἀπό μιά ψυχή πού ἔχει ἡ ἴδια πραγματοποιήσει τήν Ἀλήθεια, ἕναν πραγματικό Ἅγιο πού εἶναι φτασμένος πνευματικῶς καί ἔχει ἐσωτερική ἐμπειρία τῆς Πραγματικότητας.

---

* Γιά μιά πληρέστερη ἀφήγηση πάνω σ' αὐτό τό θέμα, βλέπε τό τμῆμα «Μαρτυρία ἀπό Διάφορες Θρησκεῖες» στό βιβλίο *Νάαμ ἤ Λόγος* τοῦ ἰδίου συγγραφέα.

Ταοϊσμός

Στρεφόμενοι πρός τήν Κίνα, βρίσκουμε νά περνᾶ μέσα στή θρησκευτική παράδοση τῆς Κίνας ὅ,τι καλύτερο ὑπάρχει στή Βουδιστική σκέψη. 'Αλλά μαζί μέ αὐτό, μποροῦμε νά σημειώσουμε τό μήνυμα πού δίδαξε στούς ὀπαδούς του ὁ Λάο Τσέ, ὁ πατέρας τοῦ Κινέζικου Μυστικισμοῦ, τό *(Χσουαντσιάο)* ἤ Ταοϊσμό. Ὁ ὅρος *Τάο* πού σημαίνει «ὁδός» ἤ δρόμος, ὑποδηλώνει τήν κρυμμένη «ἀρχή τοῦ σύμπαντος».

Ὁ Λάο Τσέ μιλεῖ γιά τό Τάο ὡς «'Απόλυτο Τάο» πού εἶναι ἡ «Οὐσία» καί ἡ «Πεμπτουσία» (ἡ πνευματική ἀλήθεια) τελείως ξεχωριστή ἀπό τίς ἐκδηλώσεις της καί ὅμως ἔμφυτη μέσα σ' αὐτές. 'Ακριβῶς ὅπως οἱ 'Ινδοί μύστες εἶχαν ξεχωρίσει μεταξύ τοῦ *'Αούμ* πού ψάλλουμε καί τοῦ *'Αούμ* πού εἶναι ὁ 'Απερίγραπτος, ὁ 'Ανέκφραστος, ὁ χωρίς Λόγια Λόγος, ἔτσι ἐπίσης καί ὁ Λάο Τσέ μᾶς λέει:

Τό Τάο πού μπορεῖ νά εἰπωθεῖ
Δέν εἶναι τό 'Απόλυτο Τάο·
Τά ὀνόματα πού μποροῦν νά δοθοῦν
Δέν εἶναι 'Απόλυτα 'Ονόματα.

Γιά τό χαρακτήρα τοῦ Τάο λέγεται πιό κάτω:

Τό Τάο διαπερνᾶ τά πάντα
Καί ἡ χρήση Του εἶναι ἀνεξάντλητη!
'Αμέτρητη!
Ὅπως ἡ πηγή ὅλων τῶν πραγμάτων.

'Επίσης:

Τό Μέγα Τάο κυλᾶ παντοῦ,
(Ὅπως μιά παλίρροια) Μπορεῖ νά πάει ἀριστερά ἤ δεξιά.
Τά μύρια πράγματα παίρνουν τή ζωή τους ἀπό Αὐτό,
Καί Αὐτό δέν τούς τήν ἀρνεῖται.

Καί ἐπίσης:

Τό Τάο ποτέ δέν κάνει,
Όμως μέσο Του γίνονται όλα τά πράγματα.

Στό Βιβλίο II, πού πραγματεύεται μέ τήν ἐφαρμογή τοῦ Τάο, δίνεται ἡ 'Αρχή τῆς 'Αντιστροφῆς:

Ἡ 'Αντιστροφή εἶναι πράξη τοῦ Τάο,
Ἡ Εὐγένεια εἶναι λειτουργία τοῦ Τάο,
Τά πράγματα αὐτοῦ τοῦ κόσμου ἔρχονται ἀπό τό Εἶναι,
Καί τό Εἶναι ἔρχεται ἀπό τό Μή - Εἶναι.

Τό Τάο εἶναι ἡ πηγή ὅλης τῆς γνώσης:

Χωρίς νά βγεῖ κανείς ἔξω ἀπό τήν πόρτα του,
Ξέρει τί συμβαίνει στόν κόσμο.
Χωρίς νά δεῖ κανείς ἔξω ἀπό τό παράθυρό του,
Μπορεῖ νά δεῖ τό Τάο τοῦ Οὐρανοῦ.
Όσο περισσότερη γνώση κανείς κατέχει
Τόσο λιγότερα ξέρει.
Γι' αὐτό ὁ σοφός ξέρει χωρίς νά τρέχει ἐδῶ καί κεῖ
Καταλαβαίνει χωρίς νά βλέπει,
'Εκτελεῖ χωρίς νά πράττει.

Ἡ Μεγάλη 'Αρμονία τοῦ Τάο τό ἀπόκρυφο μυστικό τοῦ σύμπαντος, ἐκδηλώνεται:

Όταν ἡ μυστικιστική ἀρετή γίνεται σαφής, καί φτάνει μακριά.
Καί τά πράγματα γυρνοῦν πίσω (στήν πηγή τους),
Τότε καί μόνον τότε ἀναφαίνεται ἡ Μεγάλη 'Αρμονία.

Γιά τά δικά του διδάγματα (καθώς καί γι' αὐτά τῶν μεγάλων σοφῶν), εἶπε:

Τά διδάγματά μου εἶναι πολύ εὔκολα νά νοηθοῦν καί πολύ εὔκολα νά ἀσκηθοῦν,
'Αλλά κανείς δέν μπορεῖ νά τά καταλάβει καί κανείς δέν μπορεῖ νά τά ἀσκήσει.
Μέσα στά λόγια μου ὑπάρχει μιά ἀρχή,
Στίς δουλειές τῶν ἀνθρώπων ὑπάρχει σύστημα

Ἐπειδή δέν τά γνωρίζουν αὐτά
Δέ γνωρίζουν καί μένα ἐπίσης.
Ἐφόσον ὑπάρχουν λίγοι πού μέ γνωρίζουν,
Εἶμαι λοιπόν ξεχωριστός.
Λοιπόν ὁ σοφός φορεῖ ἕνα χοντρό καί ἀδρύ ὕφασμα
Ἀλλά φέρνει ἕνα πολύτιμο λίθο μέσα στό στῆθος του.

Καί τελικά, μιλώντας γιά τό Δρόμο πρός τόν Οὐρανό λέει:

Τά ἀληθινά λόγια δέν ἠχοῦν ὡραῖα,
Τά λόγια πού ἠχοῦν ὡραῖα δέν εἶναι ἀληθινά.
Ἕνας καλός ἄνθρωπος δέ συζητᾶ
Αὐτός πού συζητᾶ δέν εἶναι καλός ἄνθρωπος
Ὁ σοφός δέν ξέρει πολλά πράγματα·
Αὐτός πού ξέρει πολλά δέν εἶναι σοφός.
Ὁ σοφός δέ συσσωρεύει (γιά τόν ἑαυτό του).
Ζεῖ γιά τούς ἄλλους,
Καί γίνεται πλουσιότερος μέσα του·
Δίνει στούς ἄλλους,
Καί ἔχει μεγαλύτερη ἀφθονία.
Τ ὁ Τάο τοῦ Οὐρανοῦ
Εὐλογεῖ, ἀλλά δέ βλάπτει.
Ὁ δρόμος τοῦ σοφοῦ
Ἐκπληρώνει, ἀλλά δέ μάχεται.

Ἀπό τά πιό πάνω εἶναι σαφές ὅτι τό Τάο εἶναι ὁ Δρόμος· ὁ Δρόμος πρός τήν Πραγματικότητα, ὁ ἀνεκλάλητο καί ὑπερβατικό , ἡ ἴδια ἡ βάση ὅλης τῆς ὕπαρξης, ἡ μήτρα ἀπό ὅπου ὅλη ἡ ζωή ἔρχεται σέ ὕπαρξη. Αὐτό ἔρχεται μόνο μέ τήν καλλιέργεια τῆς ἀκινησίας, ἤ μέ τήν ἀπαλλαγή τοῦ νοῦ ἀπό τή νοητική οὐσία, μιά ἀκινησία τήν ὁποία μόνο λίγοι μποροῦν νά τήν ἀσκήσουν, νά τήν ἀπολαύσουν καί νά τήν ἀκτινοβολήσουν στούς ἄλλους. Ἡ διαδικασία τῆς προσέγγισης στήν ἐσωστροφή γίνεται μέ τήν ἀντιστροφή καί τήν ἐξάγνιση τοῦ πνεύματος θέτοντας τόν «ἑαυτό» κατά μέρος.

«Παράμεινε σέ σιωπή, καί ἡ ἀκτινοβολία τοῦ πνεύματος θά ἔρθει καί θά κατοικήσει μέσα σου». Εἶναι μέ τήν ξύπνια μέθο-

δο τοῦ βλέπε καί περίμενε πού ὁ νοῦς μένει ἄδειος καί ἤρεμος. Καί εἶναι σέ ἕνα τέτοιο νοῦ, πού ἡ Φύση παραχωρεῖ τό μυστικό της. Ἡ *Οὺι - Οὐέι* ἤ «Δημιουργική Ἠρεμία» πού συμπεριλαβαίνει καί ὑποδηλώνει συγχρόνως «ὑπέρτατη δράση» καί «ὑπέρτατη χαλάρωση», εἶναι ζωτικά ἀναγκαία γιά τήν πραγματοποίηση τοῦ Τάο. Εἶναι «ζωή πέρα ἀπό τήν ἔνταση», πού δρᾶ σάν κάτι μαγικό. Τό Τάο ἐργάζεται χωρίς νά ἐργάζεται καί δέν μπορεῖ ποτέ νά σπουδαστεῖ καί ἔτσι «ἕνας εὐαίσθητος ἄνθρωπος προτιμᾶ τό ἐσωτερικό ἀπό τό ἐξωτερικό μάτι». Ὁ Δρόμος πρός τό Τάο εἶναι πάντα σέ ἁρμονία μέ τή φύση καί ἔρχεται ἀπό μιά τάση πρός τήν ἁπλότητα. Εἶναι ἕνας τρόπος ζωῆς πού πρέπει νά βιωθεῖ γιά νά μᾶς φέρει στήν ἀδιάκοπη ροή τοῦ Τάο — πού ἀγκαλιάζει τά πάντα.

Ἀλλά τώρα, ὁ Ταοϊσμός χωρίς τόν Λάο Τσέ ἔχει χάσει τό ἀρχικό βαθύ νόημά του καί ἔχει πάρει μιά δευτερεύουσα ἔννοια, πού ὑποδηλώνει ἁπλῶς καί μόνο τό Δρόμο τοῦ Σύμπαντος, ἤ τό Δρόμο σύμφωνα μέ τόν ὁποῖο ἕνα ἄτομο μπορεῖ νά τακτοποιήσει τή ζωή του, καί εἶναι δύσκολο νά δεῖ κανείς πόσο εἶναι δυνατό νά φτάσει τό Τάο μόνος του μέ τό νά τακτοποιήσει τή ζωή του χωρίς ἕναν Διδάσκαλο τῆς Ἀλήθειας γιά νά τόν βάλλει στό Μονοπάτι.

Ζωροαστρισμός

Αὐτό πού οἱ Ἰνδοί τό ἀναφέρουν ὡς *Ἀούμ, Νάαντ, Σάμπτ,* οἱ Βουδιστές τό περιγράφουν ὡς τό βρυχηθμό τοῦ λιονταριοῦ τῆς Ντάρμα καί ὁ Λάο Τσέ ὡς Τάο, ὁ Ρατού Ζαρατούστρας, ὁ ἀρχαῖος Πέρσης σοφός, μιλεῖ γι' αὐτό ὡς ὁ *Σραόσα,* ἤ αὐτό τό ὁποῖο ἀκούγεται:

> *Ἐπικαλοῦμαι αὐτόν τό Θεῖο Σραόσα (δηλ. τό Λόγο) πού εἶναι τό μεγαλύτερο ἀπό ὅλα τά θεῖα δῶρα γιά πνευματική ἐνίσχυση.*
>
> **ΧΑ 33:35**

> *Ὁ Δημιουργικός Λόγος·*
> *Ἀφομοιώνοντας κανείς τόν ξεδιπλωμένο ἑαυτό του μέ τήν Πραγματικότητά Του πού διαπερνᾶ τά πάν-*

τα,
Ὁ Πάνσοφος, ὁ Αὐτοῦπαρκτος Ζωοδότης, ἔχει πλαισιώσει, αὐτόν τό μυστικό Λόγο καί τό μελωδικό ρυθμό του.
Μέ τή Θεία Διάταξη τῆς προσωπικῆς αὐτοθυσίας γιά τό Σύμπαν, μέσα στίς αὐτοεξαγνιζόμενες ψυχές.
Μιά τέτοια ψυχή εἶναι αὐτός ὁ ἄνθρωπος ὁ ὁποῖος μέ τό Φωτισμένο Ὑπέροχο Νοῦ μπορεῖ νά δώσει καί τά δυό αὐτά (τό Μυστικό Λόγο καί τή Θεία Διάταξη) μέ τό γεμάτο χάρη στόμα Του, στούς θνητούς.

ΧΑ 29:7

Στή Γκάθα Οὐσταβέιτι, ὁ Ζωροάστρης κηρύσσει:

Ἔτσι ἀποκαλύπτω τό Λόγο τόν ὁποῖο μοῦ δίδαξε ὁ πλέον Ἀποκαλυμμένος,
Τόν Λόγο πού εἶναι τό πιό καλό πράγμα γιά τούς θνητούς, νά ἀκούσουν.
Ὁποιοσδήποτε δείξει ὑπακοή καί ἐπίμονη προσοχή σέ Μένα, θά ἀποκτήσει γιά τόν ἴδιο του τόν ἑαυτό τό Ἀκέραιο Εἶναι, πού Ἀγκαλιάζει τά Πάντα καί ἀθανασία·
Καί μέ τήν ἐξυπηρέτηση τοῦ Ἁγίου Θείου Πνεύματος θά πραγματοποιήσει τή Μάζντα Ἀχούρα (τή Θεότητα).

ΧΑ35:8

Ἀλλά σήμερα βλέπουμε μόνο τή συμβολική φωτιά νά καίει συνεχῶς στούς ναούς καί στά σπίτια τῶν Παρσῶν καί τήν ψαλμωδία ὕμνων καί ψαλμῶν ἄσχετα μέ τό ζωντανό Σραόσα ἤ τό Δημιουργικό Λόγο, πού ὁ εὐγενής Ἰρανός εἶχε ὁ ἴδιος ἀσκήσει γιά μερικά χρόνια στό Ὄρος Ἀλμπούρτζ καί γιά τόν ὁποῖο δίδαξε στό λαό, ὡς ἀντίθετο πρός τή λατρεία τῶν ἀρχαίων θεῶν τῆς Βαβυλώνας καί τῆς Νινευῆς. Προσκολλημένοι ὅμως στό φλογερό σύμβολο τοῦ γνήσιου Σραόσα, δέν ὑπάρχει ἀπορία γιατί οἱ Πάρσεις εἶναι γνωστοί ὡς

«λάτρες τῆς φωτιᾶς».

Ἔτσι βλέπουμε ὅτι κάθε ἅγιος ἤ σοφός, στήν ἐποχή του, ἔδωσε στόν κόσμο ὅ,τι εἶχε ὁ ἴδιος λάβει ἐμπειρία, μέ ἕνα τρόπο πού μποροῦσε εὔκολα νά νοηθεῖ καί νά ἀφομιωθεῖ ἀπό τό λαό γενικά. Ὁ καθένας τους εἶναι ἄξιος τοῦ μεγαλύτερου σεβασμοῦ γιά τή συμβολή του στό γενικό ἄθροισμα τῆς πνευματικῆς γνώσης πού ἔχουμε, ἀλλά μιά πραγματική διόραση μέσα σ' αὐτή τή γνώση καί πρακτική ἐμπειρία τῶν πνευματικῶν ἀληθειῶν δέν μπορεῖ νά ἀποκτηθοῦν ἀπό τούς Διδασκάλους τοῦ παρελθόντος, γιατί αὐτοί δέν μποροῦν νά ἔρθουν τώρα κάτω στό φυσικό ἐπίπεδο γιά νά δώσουν μιά ζωντανή ἐπαφή τοῦ ἱεροῦ Λόγου στόν κόσμο καί νά τούς βάλλουν σέ ἐπικοινωνία μέ τό Ἅγιο Πνεῦμα, ἤ ὀνομάστε το ὅπως ἀρέσει στόν καθένα σας. Αὐτό χρειάζεται τό ἄγγιγμα ἑνός ζωντανοῦ Διδασκάλου, ὁ ὁποῖος ὅπως τούς περασμένους Διδασκάλους εἶναι ὁ ἴδιος σέ συνεχή ἐπαφή μέ τό Λόγο, γιατί ὅλη ἡ ζωή ἔρχεται ἀπό τή ζωή ὅπως τό φῶς ἔρχεται ἀπό τό φῶς.

II. ΧΡΙΣΤΙΑΝΙΣΜΟΣ

Ὁ Ἰησοῦς Χριστός ἦταν οὐσιαστικῶς ἕνας ἄνθρωπος τῆς Ἀνατολῆς, καί τά διδάγματά του εἶναι ποτισμένα μέ ἀνατολίτικο μυστικισμό. Θεωρεῖται ἀκόμη ὅτι πέρασε πολλά ἀπό τά πρῶτα του χρόνια (γιά τά ὁποῖα τά Εὐαγγέλια σιωποῦν) στήν Ἰνδία, καί ἔμαθε πολλά ἀπό τούς Γιόγκι καί τού Βουδιστές μοναχούς στά ταξίδια του ἀπό τόπο σέ τόπο. Ἴσως ἀκόμη καί νά ἄρχισε τό δίδαγμά του ἀπό τήν Ἰνδία καί ἴσως νά εἶχε μιά πρόγευση καταδίωξης ἀπό τή Μπραχμανική τάξη καί τούς ἐπονομαζόμενους ὑψηλῆς τάξης κοινωνικούς κύκλους, γιά τήν καθολικότητα τῆς ἀντίληψής του, γιατί αὐτός δέν πίστευε στούς φραγμούς τῶν τάξεων καί κήρυξε τήν ἰσότητα τῶν ἀνθρώπων*.

---

* Ἀναφερθεῖτε στό βιβλίο τοῦ Νικόλα Νότοβιτς: *«Ἡ Ἄγνωστη Ζωή»*, Σικάγο: Ἰνδο-Ἀμερικανική Ἑταιρεία τοῦ Βιβλίου 1894.

Ἡ συμβολή του στή θρησκευτική σκέψη τοῦ κόσμου φαίνεται στήν ἔμφαση πού ἔδινε γιά τήν ἀνάγκη Παγκόσμιας ἀγάπης, καί τῆς Βασιλείας τοῦ Θεοῦ μέσα στόν ἄνθρωπο· τίς δυό θεμελιώδεις ἀρχές πού ἦταν γνωστές στούς ἀρχαίους πολύ πρίν, ἀλλά ξεχασμένες καί ἀγνοημένες στήν πράξη.

Μή νομίσητε ὅτι ἦλθον νά καταλύσω τόν νόμον ἤ τούς προφήτας· δέν ἦλθον νά καταλύσω, ἀλλά νά ἐκπληρώσω.

ΚΑΤΑ ΜΑΤΘΑΙΟ 5:17

Ἄς ἐξετάσουμε μερικά ἀπό τά σχετικά ρητά πού ἀποκαλύπτουν ὅτι ὁ Ἰησοῦς γνώριζε τήν ἀρχαία θρησκευτική σκέψη καί ἄσκησε τό Μονοπάτι τῶν Διδασκάλων τοῦ Ἀκουστοῦ Ρεύματος Ζωῆς, ρητά πού συχνά ἀγνοοῦνται ἤ παρερμηνεύονται ἀπό αὐτούς πού μελετοῦν τά διδάγματά του σήμερα:

Ὁ λύχνος τοῦ σώματος εἶναι ὁ ὀφθαλμός· ἐάν λοιπόν ὁ ὀφθαλμός σου ἦναι καθαρός, ὅλον τό σῶμα σου θέλει εἶσθαι φωτεινόν· ἐάν ὅμως ὁ ὀφθαλμός σου ἦναι πονηρός, ὅλον τό σῶμά σου θέλει εἶσθαι σκοτεινόν. Ἐάν λοιπόν τό φῶς τό ἐν σοί ἦναι σκότος, τό σκότος πόσον;

ΚΑΤΑ ΜΑΤΘΑΙΟ 6:22-23

Εἶναι φανερό, ὅτι «ὁ ὀφθαλμός» ἀναφέρεται στό «μοναδικό μάτι» καί τά λόγια «ἄν ὁ ὀφθαλμός σου εἶναι καθαρός», σημαίνουν συγκεντρωμένη συνειδητότητα ἐσωτερικῶς, στό κέντρο μεταξύ καί πίσω ἀπό τά δύο μάτια. Ἐπίσης, τά λόγια «ἐάν ὅμως ὁ ὀφθαλμός σου εἶναι πονηρός» ἀναφέρονται σέ μιά κατάσταση νοητικῆς διασκόρπισης ἐξωτερικῶς, ὡς ἀντίθετη τῆς συγκέντρωσης ἐσωτερικῶς, καί τό ἀποτέλεσμα θά εἶναι βεβαίως "σκότος" — σκοτάδι γεννημένο ἀπό ἄγνοια γιά τίς ἀληθινές καί πραγματικές ἀξίες τῆς ζωῆς, γιατί αὐτό εἶναι ἡ μεγαλύτερη ἀρρώστια τῆς ψυχῆς.

Ὁ Ἅγιος Λουκᾶς «κρούει», λοιπόν, «τόν κώδωνα τοῦ κινδύνου» ὅταν λέει:

Πρόσεχε λοιπόν μήποτε τό φῶς τό ἐν σοί ἦναι σκό-

τος.

ΚΑΤΑ ΛΟΥΚΑ 11:35

Ὅ,τι σᾶς λέγω ἐν τῷ σκότει, εἴπατε ἐν τῷ φωτί· καί ὅ,τι ἀκούετε είς τό ὠτίον, κηρύξατε ἐπί τῶν δωμάτων.

ΚΑΤΑ ΜΑΤΘΑΙΟ 10:27

Ἐδῶ εἶναι τά λόγια συμβουλῆς τοῦ Ἰησοῦ πρός τούς ἐκλεκτούς του, τούς λίγους διαλεχτούς, δηλ., νά μεταδώσουν στόν κόσμο ἀνοιχτά (ἐν τῷ φωτί) τή σημασία ἀπό αὐτό πού ἄκουσαν «ἐν τῷ σκότει», δηλ. σέ μυστικό διαλογισμό, καί νά ποῦν γιά τή θεία μελωδία πού ἄκουσαν μέσα στό αὐτί μέσο τῆς ὑπερβατικῆς ἀκοῆς.

Μέ τήν ἀκοήν θέλετε ἀκούσει, καί δέν θέλετε ἐννοήσει· καί βλέποντες θέλετε ἰδεῖ, καί δέν θέλετε καταλάβει.

ΚΑΤΑ ΜΑΤΘΑΙΟ 13:14

Ἡ ἰδέα πού μεταδίνεται εἶναι τῆς ἐσωτερικῆς φύσης τῆς πνευματικῆς ἐπιστήμης καί μπορεῖ νά ἔχει κανείς τήν ἐμπειρία της μέσα στά βάθη τῆς ψυχῆς στό ἀνθρώπινο χημεῖο τοῦ σώματος, καί δέν μπορεῖ νά νοηθεῖ στό διανοητικό ἐπίπεδο ἤ στό ἐπίπεδο τῶν αἰσθήσεων.

Ὁ Ἅγιος Ματθαῖος μετά συνεχίζει γιά νά ἐξηγήσει τό θέμα:

Ἐπειδή ἀληθῶς σᾶς λέγω, ὅτι πολλοί προφῆται καί δίκαιοι ἐπεθύμησαν νά ἴδωσιν ὅσα βλέπετε, καί δέν εἶδον καί νά ἀκούσωσιν ὅσα ἀκούετε, καί δέν ἤκουσαν.

ΚΑΤΑ ΜΑΤΘΑΙΟ 13:17, ΚΑΤΑ ΛΟΥΚΑ 10:24

Μέ σαφῆ καί ὄχι διφορούμενα λόγια, ἔχουμε μιά ἀναφορά στήν ἐσωτερική πνευματική ἐμπειρία, μιά πραγματοποίηση τοῦ Βασιλείου τοῦ Φωτός καί τῆς Ἁρμονίας, τήν ὁποία ἕνας πραγματικός Διδάσκαλος ὅπως ὁ Ἰησοῦς μποροῦσε νά τήν κάνει νά ἐκδηλωθεῖ στούς μαθητές του.

Ὅπως καί ἄλλοι προφῆτες, ὁ Ἰησοῦς ἔδωσε μιά μυστική

ἐμπειρία στούς εἰλικρινεῖς μαθητές του. Στό πλῆθος, αὐτός μιλοῦσε πάντα μέ παραβολές, ὅπως αὐτές τοῦ κόκκου τῆς σινάπεως, τοῦ δέντρου τῆς συκιᾶς, τῶν δέκα παρθένων κ.τ.λ. μέ τίς ὁποῖες εἶναι γεμάτες τά Εὐαγγέλια.

Σέ μιά γραφική παραβολή, ἐξηγεῖ τή σπορά τοῦ Λόγου μέσα στίς καρδιές τῶν ἀνθρώπων, καί μᾶς λέει ὅτι ὁ Λόγος πού ἔχει σπαρεῖ στήν ἄκρη τοῦ δρόμου κλέβεται συνήθως μέσα ἀπό τήν καρδιά ἀπό τό Σατανᾶ· ὅτι ὁ Λόγος πού ἔχει σπαρεῖ σέ πετρῶδες ἔδαφος δέν κάνει ρίζες, ἀντέχει γιά λίγο καί μετά παρασύρεταικαί χάνεται ἀπό τίς δυστυχίες καί τίς καταδιώξεις γιά χάρη τοῦ Λόγου· ὅτι ὁ Λόγος πού ἔχει σπαρεῖ μεταξύ ἀγκαθιῶν πνίγεται ἀπό τίς γήινες φροντίδες, τίς δολιότητες καί τίς ἀσέλγειες τῆς σάρκας, καί τελικά, ὁ Λόγος πού ἔχει σπαρεῖ σέ καλό ἔδαφος, ὅπως αὐτούς πού ἀκοῦνε τό Λόγο καί τόν παραδέχονται, αὐτός καρποφορεῖ (κατά Μάρκο 4:14 - 20).

Τό Μονοπάτι πού δίδαξε ὁ Ἰησοῦς εἶναι ἕνα μονοπάτι αὐταπάρνησης καί ἀνύψωσης πάνω ἀπό τή σωματική συνειδητότητα, μιά διαδικασία πού εἶναι ἰσοδύναμη μέ τήν ἐμπειρία τοῦ θανάτου κατά τή ζωή.

> *Τότε ὁ Ἰησοῦς εἶπε πρός τούς μαθητές αὐτοῦ, ἐάν τις θέλῃ νά ἔλθῃ ὀπίσω μου, ἄς ἀπαρνηθῇ ἑαυτόν καί ἄς σηκώσῃ τόν σταυρόν αὐτοῦ, καί ἄς μέ ἀκολουθῇ. Διότι ὅστις θέλει νά σώσῃ τήν ζωήν αὐτοῦ, θέλει ἀπολέσει αὐτήν· καί ὅστις ἀπολέσῃ τήν ζωήν αὐτοῦ ἕνεκεν ἐμοῦ, θέλει εὑρεῖ αὐτήν. Ἐπειδή τί ὠφελεῖται ἄνθρωπος, ἐάν τόν κόσμον ὅλον κερδήσῃ, τήν δέ ψυχήν αὐτοῦ ζημιωθῇ;*
>
> **ΚΑΤΑ ΜΑΤΘΑΙΟ 16:24 - 26**

Αὐτό σημαίνει ὅτι πρέπει κανείς νά θυσιάσει τόν ἐξωτερικό ἄνθρωπο, πού ἀποτελεῖται ἀπό τή σάρκα καί τό σάρκινο νοῦ, γιά χάρη τοῦ Ἐσωτερικοῦ ἀνθρώπου ἤ τῆς ψυχῆς. Μέ ἄλλα λόγια, πρέπει νά ἀνταλλάξει τή ζωή τῶν αἰσθήσεων γιά τή ζωή τοῦ πνεύματος.

Ἐπίσης, ἡ ἀγάπη τοῦ Θεοῦ πρέπει νά γίνει τό πάθος πού μᾶς κυβερνᾶ στή ζωή μας:

Θέλεις ἀγαπᾷ Κύριον τόν Θεόν σου ἐξ ὅλης τῆς καρδιᾶς σου, καί ἐξ ὅλης τῆς ψυχῆς σου, καί ἐξ ὅλης τῆς διανοίας σου.

ΚΑΤΑ ΜΑΤΘΑΙΟ 22:37

Ὁ Ἅγιος Μάρκος συνεχίζει καί προσθέτει «καί ἐξ ὅλης τῆς δυνάμεώς σου» (κατά Μάρκο 12:30).

Αὕτη εἶναι ἡ πρώτη καί μεγάλη ἐντολή. Δευτέρα δέ ὅμοια αὐτῆς, «Θέλεις ἀγαπᾷ τόν πλησίον σου ὡς σεαυτόν». Ἐν ταύταις ταῖς δύο ἐντολαῖς ὅλος ὁ νόμος καί οἱ προφῆται κρέμανται.

ΚΑΤΑ ΜΑΤΘΑΙΟ 22:37 - 40, ΚΑΤΑ ΜΑΡΚΟ 12:30-31, ΚΑΤΑ ΛΟΥΚΑ 10:27

Ἡ ἀρχή τῆς ἀγάπης εὐρύνεται ἀκόμη περισσότερο ὡς ἑξῆς:

Ἀγαπᾶτε τούς ἐχθρούς σας, εὐλογεῖτε ἐκείνους οἵτινες σᾶς καταρῶνται, εὐεργετεῖτε ἐκείνους οἵτινες σᾶς μισοῦσι, καί προσεύχεσθε ὑπέρ ἐκείνων οἵτινες σᾶς βλάπτουσι καί σᾶς κατατρέχουσι.

ΚΑΤΑ ΜΑΤΘΑΙΟ 5:44

Καί γιατί ὅλα αὐτά; — γιά νά ἀποκτήσει κανείς τελειότητα σάν αὐτή τοῦ Θεοῦ:

Ἔστε λοιπόν σεῖς τέλειοι, καθώς ὁ Πατήρ σας ὁ ἐν τοῖς οὐρανοῖς εἶναι τέλειος.

ΚΑΤΑ ΜΑΤΘΑΙΟ 5:48

Στό κατά Λουκᾶ, Κεφάλαιο Τρία, μᾶς λέει: «ἔγεινε Λόγος Θεοῦ πρός Ἰωάννην τόν υἱόν τοῦ Ζαχαρίου, ἐν τῇ ἐρήμῳ», καί ὁ Ἰωάννης ἐνῷ κήρυσσε τό βάπτισμα τῆς μετάνοιας γιά τήν ἄφεση ἁμαρτιῶν, εἶπε πρός τό πλῆθος πού ἀποροῦσε: «Ἐγώ μέν σᾶς βαπτίζω ἐν ὕδατι· ἔρχεται ὅμως ὁ ἰσχυρότερός μου... αὐτός θέλει σᾶς βαπτίσει ἐν Πνεύματι Ἁγίῳ καί πυρί». (κατά Λουκᾶ 3:2 - 3, 16).

Πρέπει νά σημειώσουμε προσεχτικά τά λόγια «βαπτίσει ἐν Πνεύματι Ἁγίῳ» καί «πυρί», γιατί τό ἕνα ἀναφέρεται στήν οὐράνια μουσική (τόν Ἱερό Λόγο) καί τό ἄλλο εἶναι συμβολικό

τοῦ οὐράνιου Φωτός, καί αὐτές εἶναι οἱ δίδυμες ἀρχές τοῦ Ἤχου καί τοῦ Φωτός, οἱ Πρωταρχικές ἐκδηλώσεις τῆς Θεότητας, ἤ ἡ Δύναμη τοῦ Θεοῦ πίσω ἀπό ὅλη τή δημιουργία.

Ὁ δρόμος πρός τή Βασιλεία τοῦ Θεοῦ μπορεῖ νά ἀνοιχτεῖ σ' αὐτόν πού ξέρει πῶς νά τόν «ζητήσει», πῶς νά «ψάξει» νά τόν βρεῖ καί πῶς νά «κρούσει» τήν πόρτα. Μέ αὐτές τίς τρεῖς ἁπλές λέξεις, ὁ Ἅγιος Ματθαῖος στό Ἕβδομο Κεφάλαιο καί ὁ Ἅγιος Λουκᾶς στό Ἑνδέκατο Κεφάλαιο ἔχουν συνοψίσει τί πρέπει νά κάνει ὁ ἀναζητητής. Δυστυχῶς, ἐμεῖς δέν ξέρουμε ἀκόμη πού βρίσκεται ἡ πόρτα πού πρέπει νά κτυπήσουμε. Καί ὁ Γκουρού Νανάκ ἐπίσης δηλώνει μέ ἔμφαση:

Ὦ σύ τυφλέ, δέν ξέρεις τήν πόρτα.

Γι' αὐτή τήν πόρτα, ὁ Ἅγιος Ματθαῖος μᾶς λέει:

> *Εἰσέλθετε διά τῆς στενῆς πύλης· ... Ἐπειδή στενή εἶναι ἡ πύλη, καί τεθλιμμένη ἡ ὁδός ἡ φέρουσα εἰς τήν ζωήν, καί ὀλίγοι εἶναι οἱ εὑρίσκοντες αὐτήν.*
>
> **ΚΑΤΑ ΜΑΤΘΑΙΟ 7:13 - 14**

Αὐτό εἶναι οὐσιαστικά ἕνα μονοπάτι μεταστροφῆς, γιατί κανείς δέν μπορεῖ νά μπεῖ στή Βασιλεία τοῦ Θεοῦ ἄν δέν μεταστραφεῖ καί δέ γίνει ὅπως ἕνα μικρό παιδί (κατά Ματθαῖο 18:3), δηλ. νά ἀποβάλει τή ματαιοφροσύνη του, καί νά γίνει πράος, ἁγνός, ἁπλός καί ἀθῶος ὅπως ἕνα μικρό παιδί. Ὁ Ἅγιος Λουκᾶς ἀναφέρει γι' αὐτό τό θέμα στό Κεφάλαιο 18:15 - 17, γιατί ὅταν οἱ μαθητές τούς ἐπέπληξαν ἐπειδή εἶχαν φέρει καί τά παιδιά μαζί τους, ὁ Ἰησοῦς τά κάλεσε νά πᾶνε κοντά του καί εἶπε: «Ἀφήσατε τά παιδία νά ἔρχωνται πρός ἐμέ, καί μή ἐμποδίζετε αὐτά· διότι τῶν τοιούτων (πού ἔχουν τέτοιο νοῦ) εἶναι ἡ Βασιλεία τοῦ Θεοῦ. Ἀληθῶς σᾶς λέγω, Ὅστις δέν δεχθῇ τήν Βασιλείαν τοῦ Θεοῦ ὡς παιδίον, δέν θέλει εἰσέλθει εἰς αὐτήν».

Στό Πρῶτο Κεφάλαιο τοῦ Κατά Ἰωάννη, ἔχουμε μιά ἐπεξεργασμένη ἔκθεση τῶν διδαγμάτων τοῦ Χριστοῦ. Ὁ Ἰωάννης ἀρχίζει τό Εὐαγγέλιό του μέ τά ἑξῆς ἀξιομνημόνευτα λόγια, τῶν ὁποίων τήν πραγματική σημασία λίγοι φρόντισαν νά

τήν καταλάβουν:

> *Ἐν ἀρχῇ ἦτο ὁ Λόγος, καί ὁ Λόγος ἦτο πάρα τῷ Θεῷ, καί ὁ Θεός ἦτο ὁ Λόγος.*
> *Οὗτος ἦτο ἐν ἀρχῇ παρά τῷ Θεῷ.*
> *Πάντα δι' αὐτοῦ ἔγειναν· καί χωρίς αὐτοῦ δέν ἔγεινεν οὐδέ ἕν τό ὁποῖον ἔγεινεν.*
> *Ἐν αὐτῷ ἦτο ζωή, καί ἡ ζωή ἦτο τό Φῶς τῶν ἀνθρώπων.*
> *Καί τό Φῶς ἐν τῇ σκοτία φέγγει, καί ἡ σκοτία δέν κατέλαβεν αὐτό...*
> *Ἦτο τό Φῶς τό ἀληθινόν, τό ὁποῖον φωτίζει πάντα ἄνθρωπον ἐρχόμενον εἰς τόν κόσμον.*
> *Ἦτο ἐν τῷ κόσμῳ, καί ὁ κόσμος ἔγεινε δι' Αὐτοῦ· καί ὁ κόσμος δέν ἐγνώρισεν Αὐτόν...*
> *Καί ὁ Λόγος ἔγεινε σάρξ καί κατώκησε μεταξύ ἡμῶν.*

Στήν παραπάνω δήλωση τοῦ Ἁγίου Ἰωάννου, δέν μπορεῖ νά ὑπάρξουν ἀμφιβολίες γιά τή φύση τοῦ Λόγου. Εἶναι φανερά τό φῶς καί ἡ ζωή τοῦ κόσμου, ἡ Δημιουργική ἀρχή τῆς Ζωῆς μέσα στήν ὁποία ζοῦμε, κινιόμαστε, καί ὑπάρχουμε. Αὐτός εἶναι τό Πνεῦμα τοῦ Θεοῦ, αὐτή ἡ ἴδια ἡ οὐσία τῆς ψυχῆς πού εἶναι τώρα χαμένη μέσα στό ἰσχυρό στροβίλισμα τοῦ κόσμου καί ὅλων ὅσα εἶναι ἐγκόσμια. Μόνο ἡ ἐπαφή μέ τό Πνεῦμα δείχνει τό δρόμο πίσω στό Θεό καί γι' αὐτό εἶναι ἡ ἀληθινή Θρησκεία. Αὐτή ἡ ἐπαφή ὀνομάζεται διαφοροτρόπως ὡς ἡ δεύτερη γέννηση, ἡ ἀνάσταση, ἢ ὁ ἐπανερχομός στή ζωή. Ἀπευθυνόμενος στό Νικόδημο, ἕνα Φαρισαῖο καί ἄρχοντα τῶν Ἑβραίων, ὁ Ἰησοῦς εἶπε:

> *Ἀληθῶς, ἀληθῶς σοί λέγω, ἐάν τις δέν γεννηθῇ ἄνωθεν, δέν δύναται νά ἴδῃ τήν Βασιλείαν τοῦ Θεοῦ...*
> *(Προσέξτε τή λέξη «ἴδῃ»)*
> *Ἀληθῶς, ἀληθῶς σοί λέγω, ἐάν τις δέν γεννηθῇ ἐξ ὕδατος καί Πνεύματος, δέν δύναται νά εἰσέλθῃ εἰς τήν Βασιλείαν τοῦ Θεοῦ... (Προσέξτε τή λέξη «εἰ-*

σέλθη».)
Μή θαυμάσης ὅτι σοί εἶπον, πρέπει νά γεννηθῆτε ἄνωθεν.

ΚΑΤΑ ΙΩΑΝΝΗ 3:3, 5, 7

Ὁ Ἰησοῦς παραβάλει αὐτόν πού γεννιέται ἀπό τό πνεῦμα μέ τόν ἄνεμο πού «ὅπου θέλει πνέει, καί τήν φωνήν αὐτοῦ ἀκούεις, ἀλλά δέν ἐξεύρεις πόθεν ἔρχεται, καί ποῦ ὑπάγει» (κατά Ἰωάννη 3:8).

Ἀλλοῦ, μιλεῖ γιά τόν ἱερό Λόγο ὡς τό «ζῶν ὕδωρ», τό νερό πού ἀναβλύζει σέ «ζωήν αἰώνιον» (κατά Ἰωάννη 4:10, 14).

Ὁ Ἰησοῦς μιλεῖ γιά τόν ἑαυτό του ὡς «ὁ ἄρτος τῆς ζωῆς», ὁ «ἄρτος ὁ ζῶν» πού κατέβηκε ἀπό τόν οὐρανό· καί ζητᾶ ἀπό τούς μαθητές του νά φᾶνε «τήν σάρκα τοῦ Υἱοῦ τοῦ ἀνθρώπου, καί πίητε τό αἷμα αὐτοῦ», γιατί χωρίς αὐτά, «δέν ἔχετε ζωήν ἐν ἑαυτοῖς» (κατά Ἰωάννη 6).

Αὐτά εἶναι σέ συντομία τά κύρια διδάγματα τοῦ Χριστοῦ, τοῦ Χριστιανοῦ Διδασκάλου, ἀλλά ὄχι τοῦ κωδικοποιημένου Χριστιανισμοῦ. Οἱ περισσότεροι ἀπό τούς χριστιανικούς κώδικες δέν διατυπώθηκαν ἀπό τόν Ἰησοῦ ἀλλά ἀπό τόν Ἀπόστολο Παῦλο, πού μετάτρεψε τό Χριστό στό θυσιαζόμενο ἀμνό πού τιμωρεῖται γιά τίς ἁμαρτίες τοῦ κόσμου, καί γύρω ἀπό αὐτή τήν κεντρική ἰδέα, δανισμένη ἀπό τόν Ἰουδαϊσμό καί τά εἴδη θρησκευτικῆς λατρείας πού ἄκμαζαν γύρω ἀπό τή Μεσόγειο ἐκείνη τήν ἐποχή, ἀναπτύχτηκε σωρεία τύπων καί τελετῶν.

Οἱ ἀρχές τοῦ Χριστοῦ παραμένουν ὡς ἐξαιρετικές ἠθικές ἐντολές καί ἀναμφίβολα δείχνουν τό δρόμο πρός τήν ἐσωτερική πραγματοποίηση, ἀλλά δέν μποροῦν αὐτές οἱ ἴδιες νά βάλλουν τόν ἀναζητητή στό Μονοπάτι τῆς πραγματοποίησης, γιατί αὐτές δέν ἔχουν τώρα τό ζωντανό παλμό καί τή δονούμενη ἐπαφή τοῦ δασκάλου, ὁ ὁποῖος ἔχοντας τελειώσει τή δουλειά πού τοῦ ἀνατέθηκε στόν καιρό του, δέν μπορεῖ τώρα νά μυεῖ καί νά ὁδηγεῖ τόν κόσμο καί νά κάνει πραγματική τήν Ἀλήθεια σ' αὐτούς φέρνοντάς τους πρόσωπο μέ πρόσωπο μέ τήν Πραγματικότητα. Ἀπό ὅλα τά μυστικά διδάγματα τοῦ

Χριστοῦ, δέ βρίσκουμε τώρα παρά τό συμβολικό ἄναμμα τῶν κεριῶν στίς ἐκκλησίες καί τό τελετουργικό κρούσιμο τῆς μεγάλης καμπάνας τήν ὥρα τῆς θείας λειτουργίας. Πολλοί λίγοι, ἄν ὑπάρχει καί κανένας, ξέρουν τήν πραγματική σημασία πίσω ἀπό αὐτά τά τελετουργικά, πού εἶναι οἱ ἐξωτερικές παραστάσεις τῶν δίδυμων ἀρχῶν τοῦ Φωτός καί τοῦ Ἤχου, ἤ τῶν ἀρχέγονων ἐκδηλώσεων τῆς Θεότητας, πού εἶναι ὑπεύθυνες γιά ὅλα ὅσα ὑπάρχουν μέσα στό Σύμπαν, ὁρατά καί ἀόρατα. Μερικοί ἀπό τούς μεγάλους προεστούς τῆς ἐκκλησίας, ὅταν τούς ρωτᾶ κανείς, λένε ὅτι ἡ καμπάνα κρούεται ἁπλῶς καί μόνο γιά νά καλέσει τούς ἀνθρώπους σέ προσευχή, καί ὅτι τό νά λέμε τό Θεό ὡς τόν Πατέρα τῶν Φώτων (Ἐπιστολή Ἰακώβου 1:17), δέν εἶναι παρά ἕνας μεταφορικός τρόπος ὁμιλίας πού δηλώνει τά ἀνώτατα δῶρα του (τῶν φώτων τῆς λογικῆς καί τῆς διάνοιας). Μέ σχεδόν χωρίς καμιά ἐμπειρία τῶν ἐσωτερικῶν ἀληθειῶν, αὐτοί παίρνουν τίς λέξεις κατά γράμμα καί προσπαθοῦν νά ἐξηγήσουν τά πράγματα θεωρητικῶς.

Ὁ ἴδιος ὁ Ἰησοῦς κηρύσσει μέ ὄχι διφορούμενα λόγια:

> ΕΓΩ ΕΙΜΑΙ ΤΟ ΦΩΣ ΤΟΥ ΚΟΣΜΟΥ: *ὅστις ἀκολουθεῖ ἐμέ, δέν θέλει περιπατήσει εἰς τό σκότος, ἀλλά θέλει ἔχει τός φῶς τῆς ζωῆς.*
>
> **ΚΑΤΑ ΙΩΑΝΝΗ 8:12**

Τό νά μιλᾶ κανείς γιά τόν ἑαυτό του ὡς τό «φῶς τῆς ζωῆς» δέν μπορεῖ νά ἀναφέρεται στό φῶς τοῦ ἥλιου, ἄν καί τό ἡλιακό φῶς μπορεῖ στό φυσικό κόσμο νά εἶναι μιά πηγή ἐνέργειας πού δίνει ζωή. Στό κατά Ματθαῖο 13:14, ὁ Ἰησοῦς συνεχίζει γιά νά διαλευκάνει τήν κατάσταση καί λέει νά προσέξουμε ἀπό τήν κατά γράμμα ἐξήγηση τῶν λόγων του, ὅταν κάνει τόν ξεχωρισμό μεταξύ «ἀκούσει» καί «καταλάβει» καί μεταξύ «ἰδεῖ» καί «ἐννοήσει». Μόνο οἱ ξυπνημένες ψυχές, οἱ Διδάσκαλοι τῆς Ἀλήθειας, πού εἶναι σέ ζωντανή ἐπαφή μέ τήν Πραγματικότητα, κρατοῦν τό κλειδί γιά τή Βασιλεία τοῦ Πνεύματος καί μποροῦν νά τραβήξουν ἕνα ἄτομο, τώρα τελείως χαμένο μέσα στή ζωή τῶν αἰσθήσεων, καί νά τοῦ ξανα - ἀνακαλύψουν τή μεγάλη κληρονομιά Ὅλης τῆς Ζωῆς καί Ὅλου

τοῦ Φωτός, γιατί τότε λέγεται ὅτι: «οἱ ὀφθαλμοί τῶν τυφλῶν θέλουσιν ἀνοιχθῆ, καί τά ὦτα τῶν κωφῶν θέλουσιν ἀκούσει. Τότε ὁ χωλός θέλει πηδᾷ ὡς ἔλαφος, καί ἡ γλῶσσα τοῦ μογιλάλου θέλει ψάλλει· διότι ἐν τῇ ἐρήμῳ θέλουσιν ἀναβλύσει ὕδατα, καί ρεύματα ἐν τῇ ἐρημία». (Ἡσαΐας 35:5 - 6).

Πόσο λίγοι ἀπό μᾶς πράγματι καταλαβαίνουν καί ἐκτιμοῦν τήν ἐσωτερική ἔννοια τῶν λόγων τοῦ Ἰησοῦ. Εἴμαστε εὐχαριστημένοι μόνο μέ τήν ἠθική πλευρά τῶν διδαγμάτων του, πού βεβαίως ἦταν μιά ἀναγκαία συνοδεία τῆς πνευματικῆς πλευρᾶς. Οἱ ἠθικές ἀρχές εἶχαν πλατιά διαδοθεῖ καί ἀκόμη εἶχαν ἐπίμονα κρατηθεῖ ζωντανές, γιατί αὐτές σημειώνουν πράγματι μιά μεγάλη πρόοδο στήν ἠθική κλίμακα τῶν ἀνθρώπινων ἀξιῶν ἀπό τίς ἡμέρες τοῦ Μωυσῆ. Ἀλλά μόνες τους, ἀποτυχαίνουν νά ἐξηγήσουν τίς δηλώσεις ὅπως αὐτές γιά τήν «Ἡ μέρα τῆς Κρίσεως», ἤ «Μετανοεῖτε, διότι ἐπλησίασεν ἡ Βασιλεία τῶν Οὐρανῶν», ἤ «Ὁ Θεός εἶναι πνεῦμα καί οἱ προσκηνοῦντες αὐτόν, ἐν πνεύματι καί ἀληθείᾳ πρέπει νά προσκυνῶσι». Ἄν τέτοια ρητά τά παίρναμε μέ τήν κατά γράμμα ἔννοιά τους, δέ θά εἶχαν καμιά ἀπολύτως ἔννοια. Ἡ «Ἡμέρα τῆς Κρίσεως» δέν ἦρθε, παρ' ὅλη τήν προφητεία ὅτι πλησίαζε ὁ ἐρχομός της, καί ἤ ὁ Χριστός μιλοῦσε χωρίς νά ξέρει ἤ ἐμεῖς ἀποτύχαμε νά καταλάβουμε τί πράγματι ἐννοοῦσε. Ὑπάρχει πάντα πίσω ἀπό ὁτιδήποτε αὐτός εἶπε μιά ἐσωτερική σημασία, πού εἶναι σαφής σ' αὐτούς πού εἶχαν τίς ἴδιες μυστικές ἐμπειρίες, ἀλλά σαστίζουν αὐτούς πού προσπαθοῦν νά τά ἐξηγήσουν μέ τούς ὅρους τῆς διάνοιας ἤ εἴτε ἀκόμη καί τῆς διαίσθησης.

Μή ἔχοντας ἀπευθείας ἐσωτερική θέαση (νά μή τήν μπερδεύουμε μέ τήν φιλοσοφική θεωρητική μελέτη ἤ τήν διόραση τῆς διαίσθησης), προσπαθοῦμε νά ἐξηγήσουμε τή σημασία τῶν διδαγμάτων πού μᾶς ἄφησε μέ τούς ὅρους τῆς δικῆς μας περιορισμένης ἐμπειρίας. Αὐτό πού εἶχε μεταφορική ἔννοια τό παίρνουμε κατά γράμμα, καί τίς περιγραφές πάνω ἀπό τίς αἰσθήσεις τίς παίρνουμε ὡς μεταφορές. Ἐμεῖς εὔκολα ξεχνοῦμε ὅτι ὅταν ὁ Ἰησοῦς εἶπε ὅτι αὐτός ἦταν «τό φῶς τοῦ κό-

σμου», ὁ «Υἱός τοῦ Θεοῦ», καί ἕνας πού δέ θά ἄφηνε ἤ θά ἐγκατάλειπε τούς μαθητές του ἀκόμη καί μέχρι τοῦ τέλους τοῦ κόσμου (ἕως τῆς συντελείας τοῦ αἰῶνος), δέ μιλοῦσε μέ τή θνητή του ἱκανότητα, ἀλλά ὅπως ὅλοι οἱ μεγάλοι Διδάσκαλοι, ὡς ἕνας πού εἶχε βυθιστεῖ στό Λόγο καί εἶχε γίνει ἕνα μέ Αὐτόν. Ξεχνώντας αὐτό, ἀντί νά τόν ἀκολουθοῦμε στό πνευματικό μονοπάτι πού ἔδειξε, τόν θεωροῦμε ὡς ἀποδιοπομπαῖο τράγο γιά νά φορτωθεῖ τίς ἁμαρτίες μας καί ὡς μέσο ὑπεκφυγῆς ἀπό τό ἐσωτερικό πνευματικό κάλεσμα.

III ΙΣΛΑΜΙΣΜΟΣ

Ὅπως δείχνει τό ὄνομα, ὁ Ἰσλαμισμός εἶναι ἡ θρησκεία τῆς ἀγάπης καί τῆς καλῆς θέλησης πρός ὅλους πού πιστεύουν στόν Προφήτη καί ἀκολουθοῦν τίς ἐντολές του. Κάθε θρησκεία πού ἔρχεται σέ ὕπαρξη ἐκπληρώνει τό σκοπό τοῦ Θεοῦ, τήν ἀνάγκη τῆς ἐποχῆς, καί γεμίζει ἕνα χάσμα στή θρησκευτική ἱστορία τοῦ ἀνθρώπου. Καί ὁ Προφήτης Μωάμεθ ἐπίσης ἦρθε σέ μιά ἐποχή καί σέ ἕνα τόπο πού βρωμοῦσε ἀπό διεφθαρμένες προλήψεις, ἰδωλολατρία, κοινωνικό ξεπεσμό καί ἠθική χρεωκοπία τῆς γενναίας Ἀραβικῆς φυλῆς, πού ἐξευτελίστηκαν ὅπως οἱ ἀδελφοί τους, οἱ Ἑβραῖοι, καί ὅπως καί ἄλλες φυλές εἶχαν πολλές φορές ἐξευτελιστεῖ. Καί οἱ Ἄραβες καί οἱ Ἑβραῖοι εἶναι Σημίτες στήν καταγωγή τους καί εἶναι ἀπόγονοι τοῦ Ἀβραάμ: οἱ πρῶτοι ἀπό τόν Ἰσμαήλ, πού ἐξορίστηκε πρός ἀνατολάς, καί οἱ δεύτεροι ἀπό τόν ἀδερφό του Ἰσαάκ, πού παρέμεινε στό χῶρο τῆς Παλαιστίνης. Οἱ τραχεῖς καί ρωμαλέες φυλές τῶν Βεδουΐνων τῆς ἐρήμου, μή πιστεύοντας σέ κανέναν ἄλλο ἀπό τόν Μαμμωνά καί τό Βάκχο, ἦταν μουσκεμμένοι σέ πλήρη ἄγνοια καί δοσμένοι ψυχή καί σῶμα στόν πόλεμο ὁ ἕνας ἐναντίον τοῦ ἄλλου. Ἦταν γιά νά σώσει αὐτούς τούς ἀνθρώπους πού ὁ Μωάμεθ, ἕνα πολύ θρῆσκο βοσκόπουλο, διαλέχτηκε ἀπό τόν Ὕψιστο ὡς ὁ Ἐκλεκτός Του, γιά νά μεταδώσει τήν ἐντολή τοῦ Φιλεύσπλαχνου στά πλάσματά Του. Τό κάλεσμα στήν Ὑπηρεσία τοῦ Θεοῦ ἦρθε σ' αὐτόν μόνο μετά πού εἶχε ἀσκήσει ἐντατική

πνευματική πειθαρχία γιά ἀρκετά χρόνια μέσα στήν τραχιά καί ἄγονη σπηλιά — Γκχάρ - ί - Χίρα — στά περίχωρα τῆς Μέκκας.

Ἄρχισε τήν ἀποστολή του μέ τό ἀληθινό πνεῦμα τῆς ταπεινοφροσύνης, ὄχι γιά νά κάνει σπουδαῖα καί τρανά πράγματα καί νά προσφέρει θαύματα, στά ὁποῖα ἦταν πάντοτε ἐνάντιος καί ἀπεῖχε ἀπό αὐτά, ἀλλά ὡς ἕνας ἁπλός κήρυκας τῶν λόγων τοῦ Θεοῦ, ἕνας κοινός ἄνθρωπος ὅπως ὁποιοσδήποτε ἄλλος. Τό μήνυμά του ἦταν οὐσιαστικά αὐτό τοῦ Ἑνός Θεοῦ, γιατί αὐτός δήλωσε μέ ἔμφαση:

> *Δέν ὑπάρχει κανένας Θεός παρά ὁ Θεός, καί Ἀλλάχ εἶναι τό Ὄνομά Του.*
> *Ὁ Μωάμεθ δέν εἶναι παρά ὁ ἀγγελιοφόρος Του, ἤ αὐτός πού φέρνει τό μήνυμά Του.*

Πάνω σ' αὐτήν τή θεμελιώδη βάση τοῦ μονοθεϊσμοῦ, ἔκτισε τό σύστημά του πού ἀποτελεῖτο ἀπό ἠθικά διδάγματα καί δημοκρατική ἀδερφοσύνη. Αὐτή ἦταν πράγματι ἡ ἀνάγκη τοῦ καιροῦ καί αὐτός τήν ἐκπλήρωσε θαυμάσια. Δέν μποροῦσε, στή βάρβαρη, ἀνώριμη καί διανοητικῶς μισοαναπτυγμένη φυλή, νά προσφέρει μεταφυσικές ἀξιώσεις γιά σκέψη, ἰδίως ὅταν ἀκόμη καί τά ἁπλά του διδάγματα προκάλεσαν ἐμπαιγμό καί κοροϊδία ἀπό τό λαό, καί ἄγρια συκοφαντία πού ὁδήγησε μέ τόν καιρό σέ ἀνοιχτή ἐχθρότητα, πού ἐξανάγκασε αὐτόν καί τούς ὀπαδούς του νά φύγουν στή Μεδίνα γιά ἀσφάλεια. Ἦταν τό ἔτος 622 μ.Χ. ὅταν ὁ ὅμιλος τῶν πιστῶν μετανάστεψε ἀπό τή Μέκκα, καί ἀκολούθησε μιά περίοδος σκληροῦ ἀγώνα γιά τή νεογέννητη πίστη, γιά τῆς ὁποίας τή διατήρηση καί τή διάδοση, ὁ Προφήτης ἔπρεπε νά βγάλει τό σπαθί του γιά νά αὐτοαμυνθεῖ. Ἡ διαδικασία τῆς παγίωσης πῆρε περίπου ἑκατό χρόνια σκληρῆς μάχης, κατά τή διάρκεια τῆς ὁποίας χαράχτηκε μιά ἰσχυρή αὐτοκρατορία ἀπό τήν Ἀνατολή μέχρι τή Δύση, ἔχοντας τόν Ἰνδικό Ὠκεανό ἀπό τή μιά μεριά καί τόν Ἀτλαντικό Ὠκεανό ἀπό τήν ἄλλη.

Τό Κοράνιο ἤ ἡ Ἰσλαμική Βίβλος εἶναι ἕνα μεγάλο θαυμαστό πράγμα καί ἕνα ἐξαίρετο θαῦμα πού ξεπέρασε τά πάντα

τῆς ἐποχῆς ἐκείνης. Ἔχει ἑκατό σαρανταtέσσερες Σούρα ἤ κεφάλαια, τό καθένα μέ στίχους πού ποικίλουν ἀπό ἕξι ὥς διακόσιοι ὀγδόντα ὀκτώ, καί πού ὁ ἀριθμός τους μικραίνει μέ μιά κατιούσα τάξη. Εἶναι γραμμένο σέ μιά ἐκλεπτισμένη καί ἐξευγενισμένη Ἀραβική καί ἀποκαλύφτηκε τμηματικά στόν ἀγράμματο Προφήτη, ὅταν ἦταν σέ στιγμές ἐντατικοῦ διαλογισμοῦ, ἀπό τόν Γαβριήλ τόν Ἀρχάγγελο τοῦ Θεοῦ, τοῦ ὁποίου ἡ φωνή, προερχόμενη ἀπό τήν ἀντήχηση καμπάνων, ἔπαιρνε σιγά σιγά ἦχο, σχῆμα καί μορφή.

Τά ἁπλά διδάγματα τοῦ Κορανίου εἶναι συγκεντρωμένα γύρω ἀπό τόν *Ἀλλάχ* (τό Θεό), τόν *Μακχλούκ* Του ἤ τό δημιουργημένο κόσμο, τόν *Ἰνσάν* (τόν Ἄνθρωπο) καί τήν *Κιαμάτ* ἤ τή μέρα τῆς κρίσης. Ἐφόσον ὁ Ἀλλάχ εἶναι πραγματικός καί βασικά καλός, ἔτσι εἶναι καί ὅλα τά ἄλλα πού δημιουργήθηκαν ἀπό Αὐτόν. Καθώς ὅλη ἡ ζωή εἶναι ἀτομική, ἔτσι καθένας ἔχει νά δώσει λογαριασμό γιά τίς πράξεις του στή ζωή, γιατί αὐτός πού περιπλανιέται ἀπό τό μονοπάτι θά ὑποστεῖ, στή μετά θάνατο ζωή τήν πλήρη ὑπευθυνότητα γιά τή λοξοδρόμηση του, τήν ἡμέρα τῆς κρίσης ἤ *κιαμάτ*.

Τό Μονοπάτι τῆς εἰρήνης καί τῆς εὐθύτητας γιά τόν Ἄνθρωπο καθορίζεται ὡς ἀφιερωμένο: 1) στόν Ἀλλάχ ἤ Θεό· 2) στή *Ναμάζ* ἤ προσευχή, πού ὁρίζεται τουλάχιστο πέντε φορές τήν ἡμέρα εἴτε εἶναι κανείς ὄρθιος, εἴτε καθιστός, γονατιστός ἤ ξαπλωμένος (ὑποδηλώνοντας συνεχή ἐνθύμηση), καί πού μπορεῖ νά ἐκτελεστεῖ ὁπουδήποτε, ἁπλώνοντας ἁπλῶς τό χαλί τῆς προσευχῆς *(Σατζαντάχ)* καί ἔχοντας τό πρόσωπο πρός τή Μέκκα, τό κοινό κέντρο λατρείας γιά τόν πιστό· 3) στή *Ζακάατ* ἤ νά δίνει σέ φιλανθρωπίες τό ἕνα τέταρτο τῆς κινητῆς του περιουσίας μιά φορά τό χρόνο, γιά τούς φτωχούς καί αὐτούς πού ἔχουν ἀνάγκη, ἔτσι ὥστε ὅλοι νά μποροῦν νά συμμερίζονται ἑνωμένοι ὡς μέλη τῆς ἴδιας ἀνθρώπινης οἰκογένειας· 4) στή *Ρόζα* ἤ νηστεία, κατά τή διάρκεια τοῦ μηνός τοῦ Ραμαζανίου, ἔτσι ὥστε ὁ πιστός νά γνωρίσει τί εἶναι ἡ πείνα καί νά μάθει νά ἀνακουφίζει τή δυστυχία τῶν πεινασμένων καί ἐπίσης νά ἀναπτύξει πνευματική πειθαρχία, ἀγάπη

γιά τό Θεό, καί φιλευσπλαχνία γιά τούς ἀδερφούς του καί τελικά 5) τή *Χάτζ* ἤ νά πάει γιά προσκύνημα στή Μέκκα, τήν Ἰερουσαλήμ τοῦ πιστοῦ, τουλάχιστο μιά φορά κατά τή διάρκεια τῆς ζωῆς του, μέ ἁπλό ντύσιμο ἀπό ὕφασμα γιά σεντόνια, ἴδιο γιά ὅλους, κάνοντας ἔτσι τόν πλούσιο καί τό φτωχό ὅμοιους, τουλάχιστο γιά κείνη τήν ὥρα.

Αὐτά εἶναι μέ λίγα λόγια τά κοινωνικά διδάγματα τοῦ Ἰσλαμισμοῦ, σχεδιασμένα γιά τήν καλυτέρευση τῆς Ἀραβικῆς κοινωνίας. Ἀλλά τό Κοράνι δέν ἀναφέρει πολύ γιά τίς πνευματικές ἀσκήσεις τοῦ ἴδιου τοῦ Προφήτη, πού μεταμόρφωσαν ἕναν ἁπλό καμηλιέρη σέ ἕναν Προφήτη - κήρυκα καί ἕναν πολιτικό ὑψηλῆς τάξης. Αὐτό ἐπιβεβαιώνει πληρέστατα ἀκόμα μιά φορά τόν ἀρχαῖο κανόνα ὅτι ὑπάρχει κάποια γνώση, πού γνωρίζοντάς την ὅλα τά ἄλλα γίνονται γνωστά, καί πού φέρνει τέλειο ταυτισμό μέ τήν καρδιά τοῦ Σύμπαντος σέ μιά κατάσταση *μαράκμπα* ἤ διαλογισμοῦ. Οἱ ἅγιοι Διδάσκαλοι λένε ὅτι ἡ ἄσκηση στή μοναχική *Γκχάρ - ί - Χίρα* (σπηλιά τῆς Χίρα), δέν ἦταν τίποτα ἄλλο παρά ὁ *Σουγκχάλ - ί - Ναζίρι*, ἤ ὁ Ἦχος πού ἐργάζεται ὡς ἕνα «ἄνοιξε σουσάμι» γιά τή Βασιλεία τοῦ Ἀλλάχ.

Ὁ Σέχ Μωχάμετ Ἄκραμ Σάμπρι μᾶς λέει ὅτι ὁ Προφήτης ἄσκησε ἐπικοινωνία μέ τόν *Ἀουάζ - ί - μουστκίμ* γιά δεκαπέντε χρόνια προτοῦ νά ἀρχίσει νά παίρνει μηνύματα ἀπό τό Θεό. Ἐπίσης μαθαίνουμε ὅτι ὁ Προφήτης ἐκτέλεσε *Σάκουλ - κάμαρ*, δηλ., ἔσπασε στά δύο τό φεγγάρι ἱππεύοντας μιά κάτασπρη πλατιά *μπάρκ*, πού καί μεταφορικῶς καί κατά γράμμα σημαίνει ἀστραπή. Αὐτά εἶναι καθαρές ἐνδείξεις τῶν ἐσωτερικῶν πνευματικῶν ἐμπειριῶν αὐτῶν πού ταξιδεύουν στό Μονοπάτι τοῦ Ἠχητικοῦ Ρεύματος καί οἱ ὁποῖοι γνωρίζουν ὅτι ἔχουν νά διασχίσουν τό ἄστρο καί τό φεγγάρι κατά τό πνευματικό τους ταξίδι. Σήμερα βλέπουμε τίς συμβολικές παραστάσεις ἀπό αὐτό στό ἄστρο καί στό μισοφέγγαρο στίς Μουσουλμανικές σημαῖες, στά Μουσουλμανικά νομίσματα καί γραμματόσημα κ.τ.λ. Ἐπίσης ἡ ἐμφάνιση τῆς σελήνης στίς *Ἀΐντ* ἡμέρες πάντοτε χαιρετίζεται μέ χαρά καί χειροκρότημα,

καί παντοῦ οἱ ἄνθρωποι τῆς Μωαμεθανικῆς θρησκείας περιμένουν μέ ἀγωνία καί κοιτοῦν ἀπό τίς ταράτσες τῶν σπιτιῶν γιά νά δοῦν τήν ἀνατολή τῆς νέας σελήνης στόν ὁρίζοντα, μή γνωρίζοντας τήν ἐσωτερική ἔννοια πού αὐτό μεταδίνει. Δεμένοι στό Βιβλίο, ὀρθά ὀνομάζονται οἱ *Κιτάμπι* ἤ ὁ λαός τοῦ Βιβλίου. Ὁ Μωάμεθ μπορεῖ νά εἶναι ὁ τελευταῖος στήν ἁλυσίδα τῶν Προφητῶν πού ἦρθαν, ἀλλά τό Κοράνι διατάζει νά βρεῖ κανείς ἕναν μεσολαβητή γιά νά τόν βάλλει σέ ἐπαφή μέ τό Θεό.

Ἐκτός ἀπό αὐτές τίς ἀναφορές ἔχουμε τήν ἀδιαφιλονίκητη μαρτυρία τῶν Μουσουλμάνων μυστῶν ἤ *Σούφι,* πού ἔχουν, μέ ὁλοφάνερα λόγια, μιλήσει ἐπανειλημμένως γιά τή σωτήρια γραμμή - ζωῆς ὡς *Καλάμ - ί - καντίμ, Μπάνγκ - ί - Ἰλάχι, Νίντα - ί - Ἀσμάνι, Σώτ-ί-Σαρμάντ,* πού ὅλα σημαίνουν τόν Ἀφηρημένο Ἦχο *(Ἴσμ - ί - Ἄζαμ),* τή δημιουργική ἀρχή τῆς ζωῆς μέσα σέ ὅλη τή φύση — ἡ *Κάλμα,* πού δημιούργησε δεκατέσσερις *Ταμπάκ* ἤ Περιοχές. Σ' αὐτή τήν τάξη τῶν μυστῶν ἀνήκουν ὁ Σάμας Ταμπρίζ, ὁ Μωλάνα Ρούμι, ὁ Χαφίζ Σιράζι, ὁ Ἀμπτούλ Ραζάκ Κάσι, ὁ Ἰναγιάτ Κχάν, ὁ Μπάμπα Φαρίντ, ὁ Μποῦλεχ Σάχ, ὁ Σάχ Νιάζ, ὁ Χάζρατ Ἀμπντούλ Καντάρ, ὁ Χάζρατ Μίαν Μίρ, ὁ Χάζρατ Μπαχού, ὁ Χάζρατ Νιζαμούντ - ντίν καί πολλοί ἄλλοι, οἱ ὁποῖοι ὅλοι ἄσκησαν *Σουλτάν - ούλ - Ἄζκαρ* (τήν ἀνώτατη Ἠχητική Ἀρχή). Οἱ *Φούκρα - ί - Καμίλ,* οἱ ταξιδιῶτες μέσα στό κράτος τῆς *Μαρφάτ,* ἤ τῆς ἀληθινῆς σοφίας, ξεπερνοῦν καί τήν *Σαριάτ* καί τήν *Ταρικάτ,* τά μονοπάτια τῆς γραφῆς, καθώς καί τῆς *Χάντις* ἤ τῆς παράδοσης.

Ὁ Χάζρατ Ἰναγιάτ Κχάν στό βιβλίο του *«Ὁ Μυστικισμός τοῦ Ἤχου»,* μιλεῖ γιά τή δημιουργία ὡς τή «Μουσική τοῦ Θεοῦ», καί μᾶς λέει ὅτι ὁ *Σώτ - ί - Σαρμάντ.* Εἶναι τό μεθυστικό κρασί ἀπό τό Κῆπο τοῦ Θεοῦ.

> Ὅλο τό διάστημα, λέει, εἶναι γεμάτο μέ τό Σώτ - ί - Σαρμάντ ἤ τόν Ἀφηρημένο Ἦχο. Οἱ δονήσεις αὐτοῦ τοῦ Ἤχου εἶναι πάρα πολύ λεπτές γιά νά γίνουν ἀκουστές ἤ ορατές στά ὑλικά αὐτιά ἤ μάτια, ἐφόσον εἶναι

δύσκολο γιά τά μάτια νά δοῦνε ἀκόμα καί τή μορφή ἤ τό χρῶμα τῶν αἰθερικῶν δονήσεων στό ἐξωτερικό ἐπίπεδο. Ἦταν ὁ Σώτ - ἰ - Σαρμάντ, πού ἄκουγε ὁ Μωάμεθ μέσα στή σπηλιά τῆς Χίρα, ὅταν χανόταν μέσα στό ἰδανικό του. Τό Κοράνι τό ἀναφέρει ὡς *Κούν - φία - κούν* — Ἄς γίνει, καί ὅλα ἔγιναν. Ὁ Μωυσῆς ἄκουσε αὐτόν τόν ἴδιο τόν Ἦχο στό *Κόχ - ί - Τούρ* ἤ τό Ὄρος Σινά, ὅταν ἦταν σέ ἐπικοινωνία μέ τό Θεό. Τόν ἴδιο Λόγο ἄκουγε ὁ Χριστός ὅταν ἦταν ἀπορροφημένος στόν οὐράνιο Πατέρα του στήν ἔρημο. Ὁ Σίβα ἄκουσε τόν ἴδιο *Ἄνχαντ Νάαντ* στά Ἰμαλάια. Ἡ φλογέρα τοῦ Κρίσνα εἶναι ἀλληγορικά συμβολική τοῦ ἴδιου Ἤχου. Αὐτός ὁ Ἦχος εἶναι ἡ πηγή ὅλης τῆς ἀποκάλυψης πού ἔχουν οἱ Διδάσκαλοι, στούς ὁποίους ἀποκαλύπτεται ἀπό μέσα τους καί γι' αὐτό αὐτοί γνωρίζουν καί διδάσκουν τή μιά καί τήν αὐτή Ἀλήθεια γιατί εἶναι μέσα σ' αὐτή τήν ἀφηρημένη πραγματικότητα πού ἑνώνονται ὅλοι οἱ εὐλογημένοι τοῦ Θεοῦ.

Αὐτός ὁ Ἦχος τοῦ Ἀφηρημένου ἐξακολουθεῖ πάντοτε μέσα γύρω καί τριγύρω ἀπό τόν ἄνθρωπο. Αὐτοί πού εἶναι ἱκανοί νά τόν ἀκούσουν καί νά διαλογιστοῦν πάνω σ' αὐτόν ἀνακουφίζονται ἀπό ὅλα τά βάσανα, τίς ἀνησυχίες, τίς θλίψεις, τούς φόβους καί τίς ἀρρώστιες, καί ἡ ψυχή ἀπελευθερώνεται ἀπό τήν αἰχμαλωσία τῶν αἰσθήσεων καί τοῦ φυσικοῦ σώματος, καί γίνεται μέρος τῆς Συνειδητότητας πού διαπερνᾶ τά Πάντα.

Αὐτός ὁ Ἦχος ἀναπτύσσεται μέσο καί σέ δέκα διαφορετικές ἀπόψεις, ἐξαιτίας τῆς ἐκδήλωσής Του μέσο τῶν διαφορετικῶν σωλήνων τοῦ σώματος *(Νάντι)*, καί ἀκούγονται ἦχοι ὅπως τή βροντή, τό βουητό τῆς θάλασσας, τό κουδούνισμα τῶν κουδουνίσκων, τό βούισμα τῶν μελισσῶν, τό τιτίβισμα τῶν χελιδονιῶν, τῆς βίνας, τῆς φλογέρας, τόν ἦχο τοῦ *Σάνκχα* (κογχυλιοῦ), ὡσότου Αὐτός τελικά γίνεται *Χοῦ*, ὁ πιό ἱερός ἀπό ὅλους τούς ἤχους, εἴτε αὐτοί προέρχονται ἀπό τόν ἄνθρωπο, τά πτηνά, τά θηρία ἤ τά πράγματα.

Σέ ἕνα ἀπό τά κηρύγματά του ὁ 'Αμπντούλ - Μπάχα εἶπε:

('Εμεῖς πρέπει νά εὐχαριστοῦμε τό Θεό πού δημιούργησε γιά μᾶς καί ὑλικές εὐλογίες καί πνευματικές παροχές. Μᾶς ἔδωσε ὑλικά δῶρα καί πνευματικές χάρες· ἐξωτερική δραση γιά νά βλέπουμε τό φῶς τοῦ ἥλιου καί ἐσωτερική ἐνόραση μέ τήν ὁποία μποροῦμε νά δοῦμε τή Δόξα τοῦ Θεοῦ. Σχεδίασε τό ἐξωτερικό αὐτί γιά νά ἀπολαβαίνει τίς μελωδίες τοῦ ἥχου, καί τήν ἐσωτερική ἀκοή μέ τήν ὁποία μποροῦμε νά ἀκούσουμε τή Φωνή τοῦ Δημιουργοῦ μας.

Στό *«Κρυμμένα Λόγια»* τοῦ *Μπάχα - ου - λλάχ*, ἑνός μύστη ἁγίου τῆς Περσίας, ἔχουμε:

> *Ὦ Γιέ τοῦ χώματος! ἄκουσε τή μυστική φωνή πού καλεῖ ἀπό τό βασίλειο τοῦ 'Αόρατου... πάνω ἀπό τή φυλακή σου, ἀνέβα στίς ἔνδοξες κοιλάδες πάνω καί ἀπό τό θνητό κλουβί σου πέταξε στόν Παράδεισο τοῦ ἐκτός Τόπου.*

Πολλοί ἄλλοι Σούφι μύστες ἔχουν ψάλλει παρόμοια:

> *'Από τόν οὐράνιο μιναρέ, ὁ Θεός σέ καλεῖ στό σπίτι,*
> *'Αλίμονο! σύ δέν ἀκοῦς τό θεῖο κάλεσμα,*
> *Κανείς δέ γνωρίζει τό παλάτι τοῦ 'Αγαπημένου,*
> *'Αλλά εἶναι σίγουρο πώς ἡ κωδωνοκρουσία τῶν καμπάνων ἔρχεται ἀπό κεῖ.*

ΚΧΟΥΑΤΖΑ ΧΑΦΙΖ

> *'Υψωνόμενος πάνω ἀπό τόν ὁρίζοντα, ἄκουσε τή θεία μελωδία,*
> *'Ο προφήτης μπορεῖ νά παρίσταται σ' αὐτή ὅπως σέ ὁποιαδήποτε ἄλλη ἐργασία.*

ΜΩΛΑΝΑ ΡΟΥΜΙ

> *Ὦ Θεέ, ὁδήγησέ με στόν τόπο ἀπό ὅπου ρέει ἡ ἀνεκλάλητη Κάλμα χωρίς λόγια.*

ΣΑΧ ΝΙΑΖ

Ὅλοι ἐπαναλαμβάνουν τήν Κάλμα μέ λόγια τῆς γλώσσας τοῦ στόματος.
Μιά σπάνια ψυχή μπορεῖ νά τήν ἐπαναλάβει μέ τή γλώσσα τῆς σκέψης.
Αὐτός πού ἐπικοινωνεῖ μέ αὐτή διανοητικῶς
Δύσκολα μπορεῖ νά τήν περιγράψει μέ λόγια.

ΧΑΖΡΑΤ ΜΠΑΧΟΥ

Στό *Τάζκρα - ί - Γκώσια* (σ. 332), ὁ Ἀμίρ Κχοῦσρο, ἕνας μεγάλος μύστης καί ἕνας φημισμένος λόγιος, ἔχει κάνει μιά ἔκθεση τῶν δέκα τύπων τοῦ ἦχου πού ἀκούει κανείς ἐσωτερικῶς, καί τελειώνει ὄμορφα μέ τίς ἑξῆς γραμμές:

Τέτοια πράγματι εἶναι ἡ Οὐράνια Ὀρχήστρα, ὦ Κχοῦσρο, Εἶναι σ' αὐτές τίς δέκα μελωδίες πού ἀπορροφιέται ἕνας γιόγκι.
Μέ κατασιγασμένες τίς αἰσθήσεις καί ἥσυχο τό νοῦ, ἔτσι εἶπε ὁ Κχοῦσρο·
Μέ τήν ἄνθιση τοῦ ἀπεριόριστου ἦχου ἐσωτερικῶς,
Ὅλες οἱ ἀσέλγειες τῆς σάρκας καί τά θανάσιμα ἁμαρτήματα φεύγουν μακριά.
Ὁ Διδάσκαλος ἔχει ἐπίσης ἕνα θαυμάσιο κόσμο δικό του,
Καί ὁ Κχοῦσρο εἶναι τώρα βαθιά ἀπασχολημένος μέσα στόν ἑαυτό του.

Ἀπό τά πιό πάνω εἶναι πολύ σαφές ὅτι ἡ ἐσωτερική πνευματική ἐμπειρία τοῦ Ἠχητικοῦ Ρεύματος εἶναι μέσα στά πλαίσια τῆς δυνατότητας ἑνός ἀτόμου δεδομένου ὅτι ὑπάρχει ἕνας ἁρμόδιος Διδάσκαλος πού εἶναι ἱκανός νά μεταδώσει τό δικό του παλμό ζωῆς, καί ὁ ὁποῖος μπορεῖ νά φέρει τή συνειδητότητα τοῦ ἀνθρώπου στό κέντρο τοῦ εἶναι του καί μετά σέ ἐπικοινωνία μέ τό Φῶς καί τόν Ἦχο τοῦ Θεοῦ ἀνοίγοντας τό ἐσωτερικό μάτι καί ξεβουλώνοντας τό ἐσωτερικό αὐτί.

Τά ἴχνη ἀπό αὐτά μποροῦμε σήμερα νά τά βροῦμε στήν *Καουάλι* ἤ τήν ἐξωτερική μουσική, καί στούς ράκς ἤ τούς χορούς μέ βραχιόλια πού κουδουνίζουν στόν ἀστράγαλο μέ

τούς όποίους ἀσχολοῦνται μερικοί ἀπό τούς Μουσουλμάνους γιά νά παράγουν *Ουάτζντ*, μιά κατάσταση λησμονιᾶς, ὡς μέσο γιά τόν ἀνώτερο ἐσωτερικό δρόμο.

IV ΣΙΚΧΙΣΜΟΣ

Ὁ Σικχισμός εἶναι ἡ νεώτερη ἀπό τίς θρησκεῖες τοῦ κόσμου, καί ἔχει τήν καταγωγή της ἀπό τόν Γκουρού Νανάκ, τόν πρῶτο στή διαδοχή τῶν δέκα μεγάλων Γκουροῦ. Ὅπως καί οἱ ἄλλες πίστεις πῆρε τό χαρακτῆρα μιᾶς ξεχωριστῆς θρησκείας, μόνο στούς μετέπειτα χρόνους. Οἱ Διδάσκαλοί της ποτέ δέν εἶπαν ὅτι τά διδάγματά τους ἦταν κάτι τό καινούργιο. Αὐτοί πράγματι ἔδωσαν μεγάλη ἔμφαση σ' αὐτά ἐπειδή ἦταν οἱ ἀλήθειες πού διδάχτηκαν ἀπό ἀμνημόνευτους χρόνους. Γιά νά ὑπογραμμίσει τήν καθολικότητα τοῦ πνευματικοῦ μηνύματος, ὁ Γκουρού Ἀρτζάν Ντέβ (ὁ πέμπτος Γκουρού) ὅταν συνάθροιζε τό ὑλικό γιά τό *Σρί Ἄντι Γκράνθ,* τήν ἱερή γραφή τῶν Σίκχ, πῆρε τούς ὕμνους καί τά κατανυκτικά μέρη ἀπό τά μυστικά γραπτά τῶν ἁγίων ὅλων τῶν φυλετικῶν τάξεων καί ὅλων τῶν πίστεων, συμπεριλαβαίνοντας τόν Καμπίρ τόν Μουσουλμάνο ὑφαντή, τόν Ντάννα τόν *τζάτ,* τόν Ράβι Ντάς τόν μπαλωματή καί τόν Σάντνα τό χασάπη κ.τ.λ.

Οἱ γραφές τῶν Σίκχ κατέχουν μιά μοναδική θέση στήν ἱστορία τῆς θρησκείας. Αὐτές ὄχι μόνον ἀντιπροσωπεύουν τήν πρώτη σκόπιμη προσπάθεια νά παρουσιαστεῖ ἡ ἑνότητα ὅλων τῶν θρησκειῶν, ἀλλά εἶναι καί γραμμένες σέ μιά γλώσσα πού εἶναι ἀκόμη ζωντανή καί ὄχι κάτι πού ἀνήκει στό παρελθόν. Γι' αὐτό τό λόγο δέν ἔχουν χάσει τίποτα ἀπό τήν ἀρχική τους φρεσκάδα καί δέ θάφτηκαν τελείως κάτω ἀπό τά χαλάσματα τῆς θεολογικῆς ἐξήγησης. Ἄν καί εἶναι κυρίως γραμμένες σέ κατανυκτικά λυρικά ποιήματα δέν μᾶς ἑλκύουν ἁπλῶς καί μόνο γιά τίς περιγραφές τους. Μιλοῦν γενικά γιά τόν ἄνθρωπο, ψάλλοντας τά προβλήματά του, τίς ἀδυναμίες του, τή ματαιότητα τοῦ κόσμου καί τήν αἰωνιότητα τοῦ Ἀπόλυτου, καλώντας τον, ὅλο καί σέ μεγαλύτερη προσπάθεια, πρός τό θεῖο του σπίτι. Ἡ γλώσσα πού μεταχειρίζονται προσφέρεται γιά συμπύκνωση — γιατί μπορεῖ κανείς ἐλεύθερα νά

παραλείψει τούς συνδέσμους — βοηθώντας ἔτσι τό ποιητικό καί τό μυστικό της στοιχεῖο νά χρησιμοποιηθοῦν μέ λαμπρό ἀποτέλεσμα. Σέ κάθε δήλωση ὑπάρχουν ἀπεριόριστες μιά ἐρευνητική φιλοσοφία καί μιά βαθιά μεταφυσική, ὅμως τά γραπτά τους μιλοῦν κατευθείαν στίς καρδιές τῶν ἀνθρώπων στή γλώσσα πού αὐτοί μεταχειρίζονται, καί οἱ ἔννοιές τους εἶναι ἀνεξάντλητες καί κάνουν ἐντύπωση σέ ὅλους.

Ἐπιπλέον, ἡ πίστη τῶν Σίκχ προερχόμενη ἀπό τά διδάγματα ὄχι ἑνός, ἀλλά μιᾶς ἀλλεπάλληλης σειρᾶς μεγάλων Διδασκάλων, καλύπτει σχεδόν ὅλες τίς κύριες ἀπόψεις τῆς πνευματικῆς ἔρευνας τοῦ ἀνθρώπου. Ἄν ὁ Βούδας τόνισε τήν ἀνάγκη τῆς μετριοπάθειας καί τῆς μή προσκόλλησης, καί ὁ Χριστός τῆς ἀγάπης, τά διδάγματα τῶν Σίκχ ἐπιτυχαίνουν στό νά τονίσουν ὅλους τούς τομεῖς. Καί ἐκτός αὐτό, καθώς ἡ γένεσή τους εἶναι σχετικά πρόσφατη, οἱ καταγραφές τῆς προσωπικῆς ζωῆς τῶν δέκα μεγάλων Γκουροῦ ἔχουν διαφυλαχτεῖ, καί γνωρίζουμε πολλά γιά τά ταξίδια καί τή δράση τους. Τίποτα δέν εἶναι γνωστό μέ τέτοιο τρόπο γιά τούς Διδασκάλους τῆς Ἀλήθειας πού ἔδωσαν στόν Ἰνδουισμό τῆς Οὐπανισάδες. Αὐτοί μιλοῦν σάν φωνές ἀπό μακριά, πού φτάνουν σέ μᾶς ἀπό τό ἀπομακρυσμένο παρελθόν τῆς μυθολογίας. Τό ἐσωτερικό μονοπάτι εἶναι ἕνα πρακτικό μονοπάτι, καί ὁ ἄνθρωπος δέν χρειάζεται μόνο φιλοσοφία ἀλλά τήν ἐπίδειξη κάποιας ζωῆς πού νά τήν ἀπεικονίζει. Εἴτε διαβάζουμε γιά τήν ταπεινότητα τοῦ Νανάκ καθώς πήγαινε περπατώντας ἀπό τόπο σέ τόπο, φέροντας τήν πνευματική δάδα, εἴτε γιά τόν Γκομπίντ Σίνγκ, τόν τελευταῖο ἀπό τούς δέκα Γκουρού, πού πήγαινε ἱππεύοντας ἀπό τή μιά ἄκρη τῆς χώρας στήν ἄλλη, ὀργανώνοντας τούς ὀπαδούς του σέ μιά ἀδελφότητα πού μποροῦσε νά ἀντιμετωπίσει τή δύναμη μέ δύναμη καί νά ἀντισταθεῖ τήν ἀπειλή τῆς φυσικῆς ἐξόντωσης πού ἐπέβαλλε ὁ φανατικός αὐτοκράτορας Ἀουρανγκτζέμπ, συνειδητοποιοῦμε ξανά καί ξανά ὅτι ἡ ζωή τοῦ Θεοῦ, εἶναι ἐσωτερική τελειότητα, ἕνας τρόπος ὕπαρξης, μιά αὐτοεκπλήρωση, ἡ ὁποία δέν πρέπει νά συγχέεται μέ τή διανοητική φιλοσοφία ἤ τά μεταφυ-

σικά αἰνίγματα. Αὐτός πού εἶχε κερδίσει αὐτή τήν πνευματική ἀπελευθέρωση δέν μποροῦσε νά θιχτεῖ ἤ νά ἐξευτελιστεῖ ἀπό ἐξωτερική πράξη, γιατί εἶχε κάνει τό Θέλημα τοῦ Θεοῦ καί δικό του θέλημα καί δέν ἔκανε τίποτα ἀπό μόνος του. Καί ἔτσι, ἐνῶ ὁδηγοῦσε τούς πολεμιστές του νά πολεμήσουν ἐναντίον τῶν Μογγόλων, ὁ Γκουρού Γκομπίντ Σίνγκ μποροῦσε ὅμως νά ψάλλει:

Σάτς Καχούν, σούν λέγιο σαμπχέι
Τζίν πρέμ κιγιό, τίν χέ Πράμπχ παγιό.

Ἀλήθεια, ἀλήθεια σᾶς λέγω
Αὐτοί πού ἀγάπησαν, βρῆκαν τόν Κύριο.

Τό νά προσπαθήσουμε νά σκιαγραφήσουμε τό μυστικό μήνυμα τῶν μεγάλων Σίκχ Γκουρού θά ἦταν τό νά ἐπαναλάβουμε τά πιό πολλά ἀπό ὅ,τι ἔχουμε ἤδη πεῖ στό προηγούμενο κεφάλαιο. Γιατί τά διδάγματα τοῦ Νανάκ καί τοῦ Καμπίρ (πού ἦταν σύγχρονός του), ἀντιπροσωπεύουν τήν τελική ἀνάπτυξη τοῦ μυστικισμοῦ τῆς ἐσωτερικῆς δρασης καί ἀκοῆς στό Μονοπάτι τῆς Σούρατ Σάμπτ Γιόγκα. Καί οἱ δύο μεγάλοι Διδάσκαλοι — ὁ ἕνας ὁ πρῶτος στή σειρά τῶν Σίκχ Γκουροῦ καί ὁ δεύτερος ἕνας ὑφαντής τοῦ Βαρανάζι (πρώην Μπενάρες), ἦταν ἀκούραστοι στό νά τονίζουν τήν ἀνεπάρκεια τῶν ἐξωτερικῶν τελετουργιῶν, τοῦ διανοητικοῦ σοφισμοῦ καί τῶν γιογκικῶν αὐστηρῶν στερήσεων:

Σάντ Μάτα κούτσχ ἄουρ χέι Τσχάντο Τσατουρέι.

Τό Μονοπάτι τῶν Διδασκάλων εἶναι ξεχωριστό·
Ἄφησε κατά μέρος τίς διανοητικές σου λεπτολογίες.

ΚΑΜΠΙΡ

Δέν μπορεῖ κανείς νά Τόν καταλάβει μέσο τῆς λογικῆς, ἀκόμη κι ἄν συλλογιζόταν γιά αἰῶνες·
Δέν μπορεῖ κανείς νά κατορθώσει τήν ἐσωτερική εἰρήνη μέ τήν ἐξωτερική σιωπή, καί ἄν ἀκόμη καθόταν μουγγός γιά αἰῶνες·
Δέν μπορεῖ κανείς νά ἀγοράσει τήν ἱκανοποίηση μέ

όλα τά πλούτη τοῦ κόσμου, οὔτε νά Τόν φτάσει μέ όλη τή διανοητική ἐξυπνάδα.

ΝΑΝΑΚ

Καί οἱ δύο ἅγιοι ἦταν ἐναντίον τῶν φυλετικῶν διαφορῶν, καί τόνιζαν καί οἱ δυό τήν ἑνότητα όλης τῆς ζωῆς, καί ότι τό πνεῦμα πού συγκρατεῖ τά πάντα εἶναι ἕνα, καί κήρυξαν ἐπανειλημμένως καί οἱ δυό ότι ὁ ἀνώτατος καί ὁ πιό δυνατός τρόπος γιά τήν ἕνωση μέ τό Θεό εἶναι μέσο τοῦ μονοπατιοῦ τοῦ *Νάαμ* ἤ *Σάμπτ*. Πράγματι, καμιά ἄλλη γραφή δέν ἐπιμένει τόσο στήν διαπεραστικότητα τοῦ Λόγου μέσα στά πάντα όσο αὐτές τῶν Σίκχ ἤ τά γραπτά τοῦ Καμπίρ, ἀπό τά ὁποῖα μιά ἐπιλογή, όπως ἔχει ἤδη ἀναφερθεῖ, συμπεριλήφτηκε ἀπό τόν Γκουρού 'Αρτζάν Ντέβ μέσα στό Σρί Ἄντι Γκράνθ. Τό ἐσωτερικό φῶς — *ἀντάρ τζότ* — καί ἡ ἐσωτερική μουσική — *πάντς σάμπτ*, ἤ ὁ Λόγος μέ τίς πέντε μελωδίες, τοῦ ὁποίου ἡ μουσική εἶναι ἀπεριόριστη *(ἄνχατ μπάνι)*, εἶναι ἕνα θέμα πού ἐπαναλαμβάνεται σχεδόν σέ όλες τίς συνθέσεις πού περιλαβαίνονται μέσα στό Γκράνθ Σαχίμπ.

Τό *Τζάπ Τζί* τοῦ Γκουροῦ Νανάκ, πού εἶναι ὡς πρόλογος στό Γκράνθ Σαχίμπ, μπορεῖ νά ἐξυπηρετήσει γιά νά εἰκονογραφήσει τά πνευματικά πλούτη πού εἶναι θαμμένα μέσα στίς γραφές τῶν Σίκχ. Αὐτό εἶναι μιά θαυμάσια λυρική σύνθεση, ἀξιοσημείωτη γιά τήν ποιητική της ὀμορφιά, καί ἀκόμη περισσότερο γιά τά θεῖα ὕψη πού φτάνει. 'Αρχίζει κάνοντας μιά σύντομη μελέτη πάνω στή φύση τῆς 'Απόλυτης Πραγματικότητας ὡς ξεχωριστή ἀπό τά φαινόμενα:

Ὑπάρχει μιά Πραγματικότητα, ὁ 'Ανεκδήλωτος Ἐκδηλωμένος·
Πού πάντοτε ὑπάρχει, Αὐτός εἶναι Νάαμ (Συνειδητό Πνεῦμα)·
Ὁ Δημιουργός πού διαπερνᾶ τά πάντα·
Χωρίς φόβο, χωρίς ἐχθρότητα·
Ὁ Ἐκτός Χρόνου, ὁ 'Αγέννητος καί ὁ Αὐτοϋπαρκτος
Τέλειος μέσα στόν Ἑαυτό Του.

ΠΡΟΛΟΓΟΣ

Αὐτή ἡ Πραγματικότητα εἶναι πέρα ἀπό τήν ἀνθρώπινη λογική καί ἀντίληψη:

> *Δέν μπορεῖ κανείς νά τήν καταλάβει μέσο τῆς λογικῆς, καί ἄν ἀκόμη συλλογιζόταν γιά αἰῶνες.*
>
> **ΣΤΙΧΟΣ 1**

Καί ὅμως, μπορεῖ κανείς νά τήν φτάσει, καί τό μονοπάτι πού ὁδηγεῖ σ' Αὐτήν εἶναι ἕνα καί μοναδικό:

> *Ὑπάρχει ἕνας Δρόμος, ὤ Νανάκ: νά κάνουμε τό Θέλημά Του καί δικό μας,*
> *Τό Θέλημά Του πού εἶναι ἤδη γραμμένο μέσα στήν ὕπαρξή μας.*
>
> **ΣΤΙΧΟΣ 1**

Αὐτό δέν εἶναι κάτι ἔξω ἀπό μᾶς, ἀλλά μέσα μας· εἶναι ἕνα μέρος τοῦ εἶναι μας, αὐτή ἡ ἴδια ἡ οὐσία μας, καί τό μόνο πού χρειάζεται εἶναι τό νά συντονίσουμε τούς ἑαυτούς μας μέ Αὐτό, γιατί τό νά εἶναι κανείς ἑνωμένος μέ Αὐτό σημαίνει τό νά εἶναι ἀπελευθερωμένος ἀπό τή σκλαβιά τοῦ ἐγώ καί συνεπῶς τῆς μάγια (πλάνης):

> *Τά πάντα ὑπάρχουν κάτω ἀπό τό Θέλημά Του,*
> *Καί τίποτα δέ στέκεται ἔξω ἀπό αὐτό,*
> *Συντονιζόμενος κανείς μέ τό Θέλημά Του, ὤ Νανάκ, ἀπελευθερώνεται τελείως ἀπό τό ἐγώ.*
>
> **ΣΤΙΧΟΣ 2**

Πῶς μπορεῖ κανείς νά συντονίσει τόν ἑαυτό του μέ τό Θεῖο Θέλημα; Ἡ ἀπάντηση δίνεται μέ ἕνα ὑπαινιγμό μέσα στόν ἴδιο τόν πρόλογο:

> *Μέσο τῆς εὔνοιας τοῦ ἀληθινοῦ Του ὑπηρέτη τοῦ Γκουροῦ. Αὐτός μπορεῖ νά πραγματοποιηθεῖ.*

Αὐτό τό θέμα ἀναφέρεται στό Στίχο 16 μέ περισσότερες λεπτομέρειες:

> *Ὁ ἅγιος (ὁ προσωποιημένος Λόγος) εἶναι δεκτός στήν Αὐλή Του καί εἶναι ὁ πρῶτος ἐκλεκτός ἐκεῖ μέσα·*
> *Ὁ ἅγιος στολίζει τό κατώφλι τοῦ Θεοῦ καί τιμᾶται*

ἀκόμη καί ἀπό βασιλιάδες.
Ὁ ἅγιος ζεῖ ἀπό τόν Ἕνα καί Μοναδικό Λόγο καί διαλογίζεται πάνω σ' Αὐτόν.

Τό δῶρο τοῦ ἀληθινοῦ Διδασκάλου εἶναι τό δῶρο τοῦ *Νάαμ*, στό ὁποῖο αὐτός ὁ ἴδιος εἶναι εἰδήμονας. Αὐτός ὁ Λόγος εἶναι ἡ ἐκδήλωση τοῦ Θελήματος καί τῆς Ἐντολῆς τοῦ Θεοῦ καί εἶναι στήν καρδιά ὅλων τῶν δημιουργιῶν Του:

Μέ ἕνα Του Λόγο ἔγινε αὐτή ἡ ἀπέραντη δημιουργία,
Καί χίλια ρεύματα ζωῆς ἀνέβλυσαν σέ ὕπαρξη.

ΣΤΙΧΟΣ 16

Ὁ δρόμος γιά τήν ἕνωση μέ τό Θέλημα τοῦ Θεοῦ εἶναι μέσο τοῦ συντονισμοῦ μέ τό Λόγο:

Μέ τήν ἐπικοινωνία μέ τό Λόγο, γίνεται κανείς ἡ κατοικία ὅλων τῶν ἀρετῶν·
Μέ τήν ἐπικοινωνία μέ τό Λόγο, γίνεται κανείς ἕνας Σέχας, ἕνας Πίρ καί ἕνας ἀληθινός πνευματικός βασιλιάς·
Μέ τήν ἐπικοινωνία μέ τό Λόγο, οἱ πνευματικῶς τυφλοί βρίσκουν τό δρόμο τους πρός τήν Πραγματοποίηση·
Μέ τήν ἐπικοινωνία μέ τό Λόγο, περνᾶ κανείς πάνω ἀπό τόν Ἄπειρο Ὠκεανό τῆς ἀπατηλῆς ὕλης·
Ὦ Νανάκ! οἱ λάτρεις Του ζοῦν σέ διαρκή ἔκσταση, γιατί ὁ Λόγος ξεπλένει κάθε ἁμαρτία καί θλίψη.

ΣΤΙΧΟΣ 11

Γι' αὐτό τό λόγο ὁ Νανάκ δηλώνει:

Ἐκθειασμένος εἶναι ὁ Κύριος, καί ἐκθειασμένη εἶναι ἡ κατοικία του·
Καί ἀκόμη πιό ἐκθειασμένος εἶναι ὁ Ἱερός Του Λόγος:

ΣΤΙΧΟΣ 24

Ἔχοντας σκιαγραφήσει τή φύση τοῦ Ἀπόλυτου καί τό

δρόμο πού ὁδηγεῖ στή βύθιση μέσα σ' Αὐτό, ὁ Νανάκ συνεχίζει γιά νά μᾶς πεῖ τί χρειάζεται γιά νά κάνουμε μέ ἐπιτυχία τό ταξίδι. Δέν εἶναι ἀνάγκη, μᾶς λέει, νά γίνομε ἕνας ἐξωτερικός σανιάσιν· αὐτό πού πρέπει νά κάνει κανείς εἶναι τό νά εἶναι ἕνας σανιάσιν στό πνεῦμα, μή δίνοντας σημασία στούς ἐξωτερικούς τύπους, καί ἀντί γι' αὐτούς νά καλλιεργεῖ τίς ἐσωτερικές ἀρετές:

Ἡ ἱκανοποίηση νά εἶναι τά σκουλαρίκια σου·
Ἡ προσπάθεια γιά τό Θεῖο καί ὁ σεβασμός γιά τόν Ἀνώτερο Ἑαυτό νά εἶναι τό δισάκι σου·
Καί ὁ συνεχής διαλογισμός σ' Ἐκεῖνον ἡ στάχτη σου·
Ἡ προετοιμασία γιά τό θάνατο νά εἶναι ὁ μανδύας σου,
Καί τό σῶμα σου νά εἶναι ὅπως μιᾶς ἁγνῆς παρθένας·
Τά διδάγματα τοῦ Διδασκάλου σου νά εἶναι τό στήριγμά σου.
Ἡ ἀνώτατη Θρησκεία εἶναι ἡ ἀνύψωση σέ Παγκόσμια Ἀδελφοσύνη,
Πάντοτε, νά θεωρεῖς ὅλα τά πλάσματα ἴσα μέ σένα.
Κατάκτησε τό νοῦ σου, γιατί νίκη τοῦ ἑαυτοῦ εἶναι νίκη τοῦ κόσμου.
Ζήτω, ζήτω, σ' Αὐτόν μόνο,
Τόν Πρωταρχικό, τόν Ἁγνό, τόν Αἰώνιο, τόν Ἀθάνατο καί Ἀναλλοίωτο σέ ὅλους τούς αἰῶνες.

ΣΤΙΧΟΣ 28

Τελικά, στούς τελευταίους στίχους τοῦ Τζάπ Τζί ὁ Γκουρού Νανάκ μᾶς δίνει μιά σύντομη περίληψη ἀπό τό ταξίδι προσκυνήματος τοῦ πνεύματος. Τό πρῶτο βασίλειο πού πρέπει νά ὑπερβεῖ κανείς εἶναι τό ἐπίπεδο τῆς *Ντάρμ Κάντ* — τό Βασίλειο τῆς Δράσης, ἤ ὁ κόσμος τῶν καλῶν καί τῶν κακῶν πράξεων ὅπως τόν ξέρουμε. Μετά ἔρχεται τό *Τζίαν Κάντ* ἤ τό Βασίλειο τῆς Γνώσης, ὁ πρῶτος ἀπό τούς ἐσωτερικούς οὐρα-

νούς, γεμάτος ἀπό θεούς καί ἡμίθεους:

Ἀμέτρητα τά στοιχεῖα του, ἀέρα, νερό καί φωτιά
Καί ἀμέτρητοι Κρίσνα καί Σίβα,
Καί ἀμέτρητοι οἱ Μπράχμα πού διαμορφώνουν διάφορες δημιουργίες μέ ἀμέτρητες μορφές καί ἀμέτρητές ἀποχρώσεις.
Ἀμέτρητοι οἱ Τομεῖς τῆς Δράσης, ἀμέτρητα τά χρυσά ὄρη...
Ἀμέτρητες οἱ πηγές τῆς δημιουργίας, ἀμέτρητες οἱ ἁρμονίες, ἀμέτρητοι αὐτοί πού τίς ἀκοῦν.
Καί ἀμέτρητοι οἱ λάτρεις τοῦ Λόγου.
Χωρίς Τέλος καί ἀτέλειωτο, ὦ Νανάκ! εἶναι αὐτό τό Βασίλειο.

ΣΤΙΧΟΣ 35

Ἄν ἡ γνώση εἶναι ἡ ἀρετή πού βασιλεύει σ' αὐτή τήν περιοχή, ἡ ἔκσταση εἶναι αὐτή τῆς ἑπόμενης, πού εἶναι τό *σάρμ Κάντ*, τό Βασίλειο τῆς Μακαριότητας. Αὐτό τό ἐπίπεδο εἶναι πάνω ἀπό κάθε περιγραφή καί ὁποιοσδήποτε προσπαθήσει νά τό περιγράψει θά μετανοιώσει γιά τήν ἀνοησία του. Ἐδῶ ἐπιτέλους, ἡ ψυχή ἀπελευθερώνεται ἀπό τά νοητικά της συνακόλουθα καί ἔρχεται τελικά στόν ἑαυτό της:

Ἐδῶ ὁ νοῦς, ἡ λογική καί ἡ νόηση αἰθεροποιοῦνται, ὁ ἑαυτός ἔρχεται στόν ἑαυτό του καί ἀναπτύσσει τή διεισδυτικότητα τῶν θεῶν καί τῶν σοφῶν.

ΣΤΙΧΟΣ 36

Ἀλλά "ἀκόμη πιό ψηλά" εἶναι τό *Κάρμ Κάντ*, τό Βασίλειο τῆς Χάρης — χάρη πού κερδίθηκε μέ τήν ὀρθή δράση καί τό διαλογισμό.

Ἐδῶ ὁ Λόγος εἶναι τά πάντα τῶν πάντων, καί τίποτα ἄλλο δέν ἐπικρατεῖ,
Ἐδῶ κατοικοῦν οἱ ἀνδρειότεροι τῶν ἀνδρείων, οἱ καταχτητές τοῦ νοῦ, μουσκεμμένοι μέ τήν ἀγάπη τοῦ Θείου...
Ὅλες οἱ καρδιές γεμάτες μέ Θεό, ζοῦν πέρα ἀπό τά

ὅρια τοῦ θανάτου καί τῆς ἀπάτης.

ΣΤΙΧΟΣ 37

Ἐδῶ εἶναι τό βασίλειο ὅπου ἡ ψυχή τελικά διαφεύγει ἀπό τά περιτυλίγματα τῆς σχετικότητας· τά δεσμά τοῦ χρόνου, τοῦ θανάτου καί τῆς ἀλλαγῆς, δέν τήν ἐπιδροῦν πιά. Ἀλλά ἄν καί κατοικεῖ στή συνεχή παρουσία τοῦ Κυρίου, μπορεῖ νά πάει ἀκόμη πιό μακριά γιά νά βυθιστεῖ στήν Χωρίς Μορφή Κατάστασή Του:

Τό Σάτσ Κάντ, ἤ τό Βασίλειο τῆς Ἀλήθειας, εἶναι ἡ ἕδρα τοῦ Χωρίς Μορφή,
Ἐδῶ Αὐτός δημιουργεῖ ὅλες τίς δημιουργίες, χαιρόμενος μέ τό νά δημιουργεῖ.
Ἐδῶ εἶναι πολλές περιοχές, οὐράνια συστήματα καί σύμπαντα,
Πού τό νά τά μετρήσει κανείς θά ἦταν τό νά μετρήσει τό ἀμέτρητο.
Ἐδῶ, μέσα ἀπό Τόν χωρίς Μορφή,
Τά οὐράνια ὀροπέδια καί ὅλα τά ἄλλα πῆραν μορφή,
Ὅλα προορισμένα νά κινοῦνται σύμφωνα μέ τό Θέλημά Του.
Αὐτός πού εὐλογεῖται μέ αὐτό τό ὅραμα, χαίρεται στή θέασή του.
Ἀλλά, ὦ Νανάκ, τέτοια εἶναι ἡ ὀμορφιά πού τό νά δοκιμάσει κανείς νά τήν περιγράψει εἶναι νά προσπαθήσει τό ἀδύνατο.

ΣΤΙΧΟΣ 37

Ὁ κόσμος θά συνεχιστεῖ πάνω στίς γραμμές τῶν καλῶν καί τῶν κακῶν πράξεων, παγιδευμένος μέσα στά ὅρια τοῦ Κάρμα, ἀλλά:

Αὐτοί πού ἔχουν ἐπικοινωνήσει μέ τό Λόγο, τά βάσανά τους θά τελειώσουν,
Καί τά πρόσωπά τους θά φλογιστοῦν μέ δόξα.
Ὄχι μόνον αὐτοί θά ἔχουν σωτηρία,
Ὦ Νανάκ, ἀλλά καί πολλοί ἄλλοι θά βροῦν τήν

ἀπελευθέρωση μαζί μ' αὐτούς.

ΤΕΛΟΣ

Τέτοιο ἦταν τό ὑψηλό μήνυμα ὄχι μόνο τοῦ Γκουροῦ Νανάκ, ἀλλά ἐπίσης καί τῶν διαδόχων του. Ὁ λόγος τους φλεγόταν ὅπως μιά φωτιά τοῦ καλοκαιριοῦ μέσα ἀπό τίς πεδιάδες τοῦ Παντζάμπ, σαρώνοντας ὅλες τίς λαθεμένες διακρίσεις τῆς φυλετικῆς τάξης πού εἶχε δημιουργήσει ἕνας παρακμασμένος Μπραχμανισμός. Σέ μιά ἐποχή πού ὁ θρησκευτικός φανατισμός μεταξύ τῶν Ἰνδῶν καί τῶν Μουσουλμάνων πού κυβερνοῦσαν μεγάλωνε, ἀπόδειξε τήν ἑνότητα ὅλων τῶν ἀληθινῶν θρησκειῶν, ἐξαγνίζοντας τόν Ἰνδουισμό ἀπό τή δουλοπρέπειά του στά ἐξωτερικά τελετουργικά καί θέτοντας ἐμπρός στόν Ἰσλαμισμό τό ἀνώτερο ἐσωτερικό ἰδανικό πού ξεχνιόταν μέσα στά ἐξωτερικά ὀνόματα καί μορφές. Δέν εἶναι τυχαῖο πού ἡ παράδοση τῶν Σούφι καί τό θρησκευτικό κίνημα τῶν Σίκχ ἔπρεπε νά ἀνθίσουν κατά τόν ἴδιο χρόνο. Πράγματι, ἡ ἱστορία σέ πολλά σημεῖα ὑποδηλώνει μιά ἐνεργή συνεργασία μεταξύ τῶν δύο. Μερικοί ἀπό τούς Σίκχ Γκουρού, εἰδικά ὁ Γκουρού Νανάκ καί ὁ Γκουρού Γκομπίντ Σίνγκ, καί οἱ ὀπαδοί τους ὅπως ὁ Μπχέι Νάντ Λάλ, κατεῖχαν καλά τά Περσικά καί ἔχουν ἀφήσει μερικές ἐξαιρετικές συνθέσεις σ' αὐτή τή γλώσσα. Λέγεται ὅτι ὁ Γκουρού Νανάκ εἶχε ταξιδέψει στή Μέκκα καί, ὅπως οἱ διάδοχοί του, εἶχε πολλούς Μουσουλμάνους μαθητές, ἐνῶ οἱ Σούφι μύστες ὅπως ὁ Χάζρατ Μίαν Μίρ εἶχαν στενή φιλία μέ τόν Γκουρού Ἀρτζάν. Καί οἱ Σούφι καί οἱ Σίκχ Διδάσκαλοι δέν ἦταν δεμένοι στό δόγμα, καί δίδαξαν τό μάθημα τῆς παγκόσμιας ἀδελφοσύνης. Αὐτοί ἐπέδρασαν ἐπανειλημμένως ὁ ἕνας τόν ἄλλο, καί εἶναι σημαντικό τό ὅτι ἡ Σούρατ Σάμπτ Γιόγκα, ἤ ἡ Γιόγκα τοῦ Ἠχητικοῦ Ρεύματος, εἶχε τήν ἴδια ἔμφαση στά γραπτά τῶν μεγαλύτερων Σούφι καί στίς γραφές τῶν Σίκχ, ἕνα γεγονός πού ἐκθέτεται συνοπτικά ἀπό τόν Ἰναγιάτ Κχάν στό κομμάτι πού ἤδη παραθέσαμε ἀπό τό βιβλίο του *Ὁ Μυστικισμός τοῦ Ἤχου.*

Ἀλλά τά διδάγματα ὅλων τῶν μεγάλων Διδασκάλων τείνουν νά λοξοδρομήσουν σέ ἐγκαθιδριμένους νόμους μετά

πού αὐτοί φεύγουν ἀπό αὐτόν τόν κόσμο. Αὐτά τῶν Σίκχ Γκουροῦ δέν ἔκαναν ἐξαίρεση στόν κανόνα. Ἐνῶ ἔχουν ἀκόμη μιά βαθιά ἀνυψωτική ἐπίδραση πάνω στίς μάζες, δέν τούς σπρώχνουν σέ μυστικιστικές προσπάθειες ὅπως θά πρέπει νά εἶχαν κάνει κάποτε. Αὐτό πού κάποτε ζητοῦσε νά ὑπερβεῖ ὅλους τούς θρησκευτικούς διαχωρισμούς ἔγινε τό ἴδιο μιά θρησκεία. Αὐτό πού ζητοῦσε νά τιμωρήσει τίς φυλετικές τάξεις καί τή φυλετική ἔμφαση ἀνάπτυξε σιγά σιγά κάποια φυλετική συνειδητότητα. Αὐτό πού ζητοῦσε νά διασπάσει ὅλους τούς ἐξωτερικούς τύπους καί τά τελετουργικά καλλιέργησε ἕνα δικό του τύπο καί τελετουργικό. Σέ κάθε θρησκευτική τελετή, ὁ κόσμος ἀκούει νά ψάλλονται στίχοι, πού ὑμνοῦν τίς ἐσωτερικές δόξες:

Ὅλη ἡ γνώση καί ὁ διαλογισμός ἀνάβλυσαν ἀπό τόν Ντούν (τήν Ἀρχή τοῦ Ἤχου),
Ἀλλά τί εἶναι Αὐτό, δέ χωρεῖ περιγραφή.

ΓΚΟΥΡΟΥ ΝΑΝΑΚ

Ὁ ἀληθινός Μπάνι (Λόγος) δίνεται ἀπό τόν Γκουρού,
Καί ἀντηχεῖ μέσα στή Σουκχμάνα.

ΓΚΟΥΡΟΥ ΑΡΤΖΑΝ

Ἡ Αὐτοῦπαρκτη Μουσική ἀκούγεται μέσο τῆς Χάρης ἑνός Θεανθρώπου,
Ἀλλά ὑπάρχουν λίγοι πού ἐπικοινωνοῦν μέ αὐτή.

ΓΚΟΥΡΟΥ ΝΑΝΑΚ

Τέλειο εἶναι τό Ἄνχαντ Μπάνι (Ἀπεριόριστο Τραγούδι),
Καί τό κλειδί Του τό ἔχουν οἱ Ἅγιοι.

ΓΚΟΥΡΟΥ ΑΡΤΖΑΝ

Καί ὅμως αὐτοί οἱ στίχοι ψάλλονται χωρίς προσοχή ἤ κατανόηση τῆς βαθιᾶς πνευματικῆς ἔννοιας πού εἶναι κρυμμένη μέσα σ' αὐτούς.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΕΒΔΟΜΟ

Μερικά Σύγχρονα Κινήματα

Η ΠΡΩΤΗ σύγκρουση τῆς ἐπιστήμης στή Δύση φαίνεται πώς ἦταν τό νά ὑπονομεύσει τή θρησκεία. Ὁ Χριστιανισμός ἔχοντας ἀναπτυχτεῖ σέ πολύπλοκους καί αὐστηρούς ἐγκαθιδρυμένους νόμους μέ ἕνα δογματικό πλέγμα δέν ἦταν σέ θέση νά προσαρμοστεῖ στίς ἀπαιτήσεις τῆς καινούργιας γνώσης πού ἀποκτήθηκε ἀπό τήν ἐπιστήμη. Τό ἀποτέλεσμα ἦταν ἀναπόφευκτο· μιά κατακέφαλη σύγκρουση μεταξύ τῶν δύο, πού ἄφησε τή θρησκεία κλονισμένη καί τήν ἐπιστήμη στεραιά κατοχυρωμένη. Ὅμως, ὅπως ἔχουμε ἤδη ὑποδηλώσει σέ ἕνα προηγούμενο κεφάλαιο, οἱ φυσικές ἐπιστῆμες ἀπό μόνες τους δέν μποροῦν νά ἐξηγήσουν τή ζωή τελείως ἤ ἀκόμη καί ἐπαρκῶς. Ἀφοῦ οἱ ἐξωτερικές ἐπιστῆμες εἶπαν ὅ,τι εἶχαν νά ποῦν, ὁρισμένα ἄγνωστα προβλήματα τῆς ὕπαρξης παραμένουν γιά νά σαστίζουν καί νά ταράσσουν τό νοῦ τοῦ ἀνθρώπου. Ὁ τελευταῖος αἰώνας εἶδε τήν ἀπότομη ἐμφάνιση πολλῶν κινημάτων πού ζήτησαν, μέ τόν ἕνα ἤ τόν ἄλλο τρόπο, νά δείξουν πρός μιά ἐσωτερική ζωή, πού ἡ ἐπιστήμη τουλάχιστο μέχρι ἑνός βαθμοῦ ἔτεινε νά μή λογαριάζει. Ἡ σύγχρονη Ἰνδία ἦταν ἡ πατρίδα πολλῶν θρησκευτικῶν κινημάτων, ἀλλά τά περισσότερα ἦταν ἕνα εἶδος ἀναγέννησης τοῦ ὅ,τι οἱ ἀρχαῖοι ἤδη ἐγνώριζαν, εἴτε ἦταν ὁ Βεδαντισμός τοῦ Σρί Ραμακρίσνα, τοῦ Σρί Ὀρομπίντο, ἤ τοῦ Ραμάνα Μαχαρ-

σί ή, όπως έχουμε ήδη έξετάσει μέ όρισμένες λεπτομέρειες, τά διάφορα Ίνδικά συστήματα γιόγκα. Όμως μπορεῖ νά εἶναι καρποφόρο τό νά ρίξουμε μιά σύντομη ματιά σέ μερικά άπό τά κινήματα πού έπικρατοῦν στή Δύση, κινήματα πού συχνά κλίνουν πρός τίς παραδόσεις τῆς Ανατολῆς καί έχουν έπίδραση άπό αύτές.

Ροδοσταυρισμός, Θεοσοφία καί ή Δραστηριότητα τοῦ «Έγώ Εἶμαι».

Ένῶ άκόμη ό Χριστιανισμός εἶχε άναμφίβολη κυριαρχία στήν Εύρώπη, άνθισαν, σέ μικρή κλίμακα, όρισμένες έτερόδοξες σχολές μυστικισμοῦ παραπλεύρως μέ αύτόν, καί ό Ροδοσταυρισμός ἦταν μιά άπό τίς πρῶτες. Όμως αύτές συνέχιζαν ώς μυστικές κοινότητες τίς όποίες τό κοινό γενικά τίς έβλεπε μέ καχυποψία. Αλλά όταν ό κωδικοποιημένος Χριστιανισμός άρχισε νά ύποφέρει στά χέρια τῆς έπιστήμης, αύτές άρχισαν νά παίρνουν μιά σπουδαιότητα πού ποτέ δέν εἶχαν προηγουμένως. Οί άνθρωποι τῶν όποίων ή πίστη στό Χριστιανισμό εἶχε κλονιστεῖ άπό τόν Δαρβίνο καί τόν Χάξλεϋ, άλλά οί όποῖοι δέν μποροῦσαν νά παραδεχτοῦν τήν μηχανική άποψη τοῦ Σύμπαντος, έστρεψαν πρός αύτές τίς κοινότητες μέ τήν έλπίδα νά φτάσουν σέ μιά πιό ίκανοποιητική έξήγηση τῆς ζωῆς. Πολλοί άκολούθησαν τίς άρχές τοῦ Ροδοσταυρισμοῦ ένῶ άλλοι, ψάχνοντας νά έμπνευστοῦν άπό τή Δύση, βρῆκαν, τό Θεοσοφικό Κίνημα. Άλλοι πάλι, ίσχυριζόμενοι ότι όδηγοῦνται άπό τόν Άγ. Γερμανό άναπτύχτηκαν σέ ό,τι όνομάζεται Δραστηριότητα τοῦ «Έγώ Εἶμαι». Αύτά τά κινήματα δέν άξιώνουν ότι εἶναι θρησκεῖες μέ τήν παραδοσιακή έννοια, άν καί έχουν τούς δικούς τους κώδικες. Εἶναι μᾶλλον άποκρυφιστικές κοινότητες πού άπό κοινοῦ πιστεύουν ότι ή άνθρώπινη ζωή όδηγεῖται καί κατευθύνεται άπό Κοσμικά Όντα ή Μυστικές Άδελφότητες πού δέ φαίνονται. Αύτά τά Όντα δέν μπορεῖ νά τά συναντήσει κανείς άπευθείας σ' αύτόν τό φυσικό κόσμο· αύτά εἴτε ζοῦν σέ άπομακρυσμένα όχυρά τῶν βουνῶν ή έργάζονται άπό ένα έπίπεδο άνώτερο άπό τό

γήινο. Όμως, μπορεῖ κανείς, πιστεύοντας σ' αὐτά καί ἀκολουθώντας μιά εἰδική πειθαρχία, νά ἔχει τήν ἐπιδρασή τους καί νά ἐπωφεληθεῖ ἀπό αὐτή. Ἄν καί ὅλα δηλώνουν, μέ τόν ἕνα τρόπο ἤ τόν ἄλλο, τήν τελική ἑνότητα τῆς ζωῆς, στήν πρακτική φαίνεται πώς τήν ἀγγίζουν μόνο στά κρόσσια της. Τό περισσότερο πού μπορεῖ νά ἐλπίζει νά κάνει ἕνας μαθητής εἶναι τό νά μπεῖ σέ ἀπευθείας ἐπαφή μέ ἕνα ἀπό τά Κοσμικά Ὄντα, ἀλλά ἐκείνη ἡ κατάσταση κατά τήν ὁποία ἡ ψυχή γίνεται ἕνα μέ τήν Πηγή τοῦ Χρόνου καί τοῦ Ἐκτός Χρόνου, γιά τήν ὁποία ἔχουν μιλήσει οἱ Μεγάλοι Διδάσκαλοι, σπάνια προσφέρεται ὡς μιά πρακτική δυνατότητα. Ἐπίσης, ἐφόσον ζητᾶ κανείς καθοδήγηση ὄχι ἀπό ἕνα ἀνθρώπινο ὄν ὅπως τόν ἑαυτό του, πού νά ἔχει πραγματοποιήσει τό Ἄπειρο, ἀλλά ἀπό φανταστικά ὄντα τά ὁποῖα μπορεῖ κανείς ποτέ νά μήν τά συναντήσει, λείπει ἀκόμη καί τό εἶδος τῆς λεπτομεροῦς καθοδήγησης καί τῆς βῆμα πρός βῆμα οδηγίας σέ κάθε τομέα τῆς ζωῆς, πού εἶναι ἕνα οὐσιαστικό χαρακτηριστικό τῆς Σούρατ Σάμπτ Γιόγκα. Όμως, τό καθένα μέ τό δικό του τρόπο ζητᾶ νά μεταφέρει τήν ἀνθρώπινη ἐξέλιξη ἕνα βῆμα πιό μπρός, καί τό βῆμα πού γίνεται δέν εἶναι βεβαίως ἕνα μικρό βῆμα. Ἔτσι, ἡ Κυρία Μπλαβάτσκυ, γράφοντας στή *Φωνή τῆς Σιγῆς*, μιλεῖ γιά μιά μέτρια προχωρημένη μυστική ἐμπειρία ὅταν περιγράφει τόν ἐσωτερικό Ἦχο:

> *Ἡ πρώτη εἶναι ὅπως τοῦ ἀηδονιοῦ τή γλυκειά φωνή πού τραγουδᾶ ἕνα τραγούδι ἀποχαιρετισμοῦ στό σύντροφό του. Ἡ δεύτερη ἔρχεται σάν τόν ἦχο τῶν ἀσημένιων κυμβάλων τῶν Ντιάνι πού ξυπνοῦν τά σπινθηρίζοντα ἄστρα. Ἡ ἑπόμενη εἶναι ὅπως οἱ παραπονιάρικες μελωδίες τοῦ πνεύματος τοῦ ὠκεανοῦ πού εἶναι φυλακισμένες μέσα στό ὄστρακό του. Καί αὐτό ἀκολουθεῖται ἀπό τό τραγούδι τῆς Βίνα. Ἡ πέμπτη ὅπως τόν ἦχο τῆς μπαμποῦ φλογέρας σφυρίζει διαπεραστικά μέσα στό αὐτί σου. Ἀλλάζει μετά σέ ἕνα θριαμβευτικό σάλπισμα. Ἡ τελευταία δονεῖται ὅπως ὁ ὑπόκωφος ἦχος ἑνός*

βροντεροῦ σύννεφου.

Χριστιανική Ἐπιστήμη καί Σουμπούντ

Τό κίνημα τῆς Χριστιανικῆς Ἐπιστήμης εἶναι ἀκόμη ἕνα ἄλλο ἑταιρόδοξο Δυτικό κίνημα, ἀλλά διαφέρει ἀπό ἐκεῖνα τά ὁποῖα ἔχουμε ἀναφέρει στή μετατόπιση τῆς ἔμφασής του. Ἄν καί ἔχει μιά μυστική βάση, ὅμως στήν πρακτική δέν ἐνδιαφέρεται καί πολύ γι' αὐτή. Ζητᾶ νά μεταδώσει τή ζωή τοῦ Χριστοῦ μέ τό δικό της φῶς, συγκεντρώνοντας ἁπλῶς τήν προσοχή της στά θαύματα πού ἔγιναν ἀπό αὐτόν. Λέει ὅτι ὁ Θεός, ἤ ἡ Ἀλήθεια, εἶναι καλή, καί ὅτι ὅλα τά δεινά καί οἱ ἀρρώστειες δέν εἶναι παρά τό ἀποτέλεσμα ἀπό τό χάσιμο τῆς ἐπαφῆς μέ αὐτή τήν Ἐσωτερική Δύναμη. Αὐτός πού μπορεῖ νά ἔρθει σέ ἐπαφή μέ αὐτή μπορεῖ νά γιατρευτεῖ ἀπό ὅλες τίς ἀσθένειες, καί ἡ Χριστιανική Ἐπιστήμη ἔτεινε νά συγκεντρώσει τήν προσοχή της σ' αὐτό τό στόχο. Τό ἀποτέλεσμα ἦταν ὅτι ἔγινε περισσότερο μιά μελέτη ὑγείας παρά μιά πνευματικῆς ἀνάπτυξης, καί τή γραμμή μεταξύ θεραπείας μέσο αὐθυποβολῆς καί ὑποβολῆς μέ ὑπνωτισμό, καί θεραπείας (ὅπως ἀξιώνει ἡ Χριστιανική Ἐπιστήμη) μέσο τῆς δύναμης τῆς Ἀλήθειας δέν εἶναι πάντοτε εὔκολο νά τήν σύρει κανείς. Πολλοί διερωτήθηκαν ἀκόμη καί γιά τή φύση τῶν κινήτρων τῆς ἱδρύτριάς της: Κυρίας Μαίρη Μπέικερ Ἔντυ. Ἀλλά γιά ἕνα πράγμα μπορεῖ κανείς νά εἶναι σίγουρος: ὅτι ἀκόμη καί ἄν οἱ θεραπεῖες πού γίνονται ἀπό τή Χριστιανική Ἐπιστήμη πηγάζουν ἀπό μιά πνευματική πηγή, οἱ πράκτορες δέν εἶναι οἱ συνειδητοί κάτοχοί της, καί δέν εἶναι σέ ἀπευθείας καί συνειδητή ἐπαφή μέ τήν ἀνώτερη δύναμη, ἀλλά πράττουν ὡς τά ἀσυνείδητα ὄργανά της.

Ἄν καί θά ἦταν ἀπερίσκεπτο νά κατατάξουμε μέ τή Χριστιανική Ἐπιστήμη τό *Σουμπούντ* ἤ *Σόσιελ Μπόντχι Ντάρμ,* πού ἱδρύθηκε ἀπό τόν Ἰνδονησιακό μυστικιστή δάσκαλο Πάκ Σουμπέχ, καί πού ἔχει γίνει τώρα ἕνα διεθνές κίνημα, ὅμως μπορεῖ κανείς μέ κάποια δικαίωση νά σημειώσει μιά παρόμοια τάση. Ἡ μυστική βάση στήν περίπτωση τοῦ Σουμπούντ εἶναι

πολύ πιό σπουδαία ἀπό αὐτήν τῆς Χριστιανικῆς Ἐπιστήμης, ὅμως συχνά κατευθύνεται πρός τό ἴδιο τέλος. Ζητᾶ, μέσο τῆς παρακολούθησης ὁρισμένων γυμνασμάτων πού ὀνομάζονται *Λάτιχαν*, νά βάλλει τούς ὀπαδούς του σέ ἐπαφή μέ ἀπόκρυφες ψυχικές δυνάμεις. Δέ φαίνεται νά αὐξάνει τή συνειδητότητα ἀπευθείας ἀλλά τήν πλουτίζει ἔμμεσα μέ τό νά αὐξάνει τίς δυνάμεις τῆς διαίσθησης. Εἴτε κοιτάζει κανείς τίς ἐμπειρίες τοῦ Μωχάμμαντ Ρωφέ εἴτε ἐκεῖνες τοῦ Τζών Μπέννετт, συνειδητοποιεῖ ὅτι στήν περίπτωση τοῦ Σουμπούντ, ἕνας ἄνθρωπος μπορεῖ νά ἐξυπηρετεῖ ὡς ἕνα μέσο (μέντιουμ) γιά ἀνώτερες πνευματικές δυνάμεις, θεραπεύοντας τόν κόσμο ἀπό ἀρρώστειες, χωρίς νά γίνεται ἕνας συνειδητός συνεργάτης. Τό ἀποτέλεσμα εἶναι ὅτι ἀντί νά προοδεύει καί νά πηγαίνει σέ ἀνώτερα καί ἀκόμη ἀνώτερα ἐπίπεδα συνειδητότητας, ὡσότου νά βυθιστεῖ στό Ἄπειρο, τείνει κανείς νά καλλιεργήσει μιά παθητική δεκτικότητα σέ ψυχικές δυνάμεις οἱ ὁποῖες δέν εἶναι ἀνάγκη νά εἶναι ἀπό τό ἀνώτερο εἶδος. Πολλοί μαθητές κατά τή διάρκεια τῶν Λάτιχαν ἀναπαράγουν παράξενες ἐμπειρίες ζώων ἤ πουλιῶν — πού πολύ ἀπέχουν ἀπό τό Νιρβικάλπ Σαμάντι ἤ τό Σεχάτζ Σαμάντι πού ἔχουν μιλήσει γι' αὐτό οἱ πιό μεγάλοι μύστες.

Πνευματολατρεία καί Πνευματισμός

Τό τελευταῖο ἀλλά ὄχι καί τό πιό ἀσήμαντο, πρέπει νά ξεχωρίσουμε τήν πνευματικότητα ἀπό τήν πνευματολατρεία καί τόν πνευματισμό, καθώς ἡ πνευματικότητα εἶναι τελείως διαφορετική καί ἀπό τά δύο. Ἡ πνευματολατρεία πιστεύει στήν ὕπαρξη ἀποσωματομένων πνευμάτων ξεχωριστά ἀπό τήν ὕλη, τά ὁποῖα πιστεύεται ἀπό τούς ὀπαδούς τῆς πνευματολατρείας ὅτι κατοικοῦν εἴτε στίς ὑποχθόνιες περιοχές ὡς φαντάσματα ἤ κακά πνεύματα, ἤ ἀκόμη ὡς ἄγγελοι ἤ καλά πνεύματα στίς κατώτερες ἀστρικές περιοχές. Μερικές φορές, ἐνδιαφέρονται ἀκόμη καί γιά τίς ἀτομικές ἀνθρώπινες ὑποθέσεις καί γιά τήν ἐκπλήρωση μακροχρόνιων ἀλλά ἀνεκπλήρωτων ἐπιθυμιῶν, προσπαθοῦν νά βροῦν ἱκανοποίηση μέ ὅλων τῶν

εἰδῶν τά κόλπα, καί ἐκεῖνοι πού ἀσχολοῦνται μέ τή Μαύρη Τέχνη ἀξιώνουν καί πρεσβεύουν ὅτι ἐπιβάλλονται σ' αὐτά μέ μαγικά ξόρκια. 'Αλλά κανένας ἀπό τούς μαθητές τῶν Διδασκάλων δέ χρειάζεται νά σκοτίζεται γι' αὐτά, καθώς καμιά κακιά ἐπίδραση δέν μπορεῖ νά ἔρθει δίπλα σέ ἕναν πού εἶναι σέ ἐπικοινωνία μέ τόν ἱερό Λόγο, γιατί λέγεται:

Ὁ Μεγάλος Ἄγγελος τοῦ Θανάτου εἶναι ἕνας ἀήττητος ἐχθρός,
Ἀλλά καί αὐτός ἐπίσης φοβᾶται νά ἔρθει δίπλα σέ ἕναν πού εἶναι σέ ἐπικοινωνία μέ τό Λόγο.
Αὐτός πετᾶ πολύ μακριά καί πέρα ἀπό τίς ψαλμωδίες τῆς θείας Ἁρμονίας,
Μήπως καί πέσει θύμα τῆς ὀργῆς τοῦ Κυρίου.

Ὁ πνευματισμός πηγαίνει ἕνα βῆμα παραπάνω ἀπό τήν πνευματολατρεία. Εἶναι μιά πίστη στήν ἐπιβίωση τῆς ἀνθρώπινης προσωπικότητας μετά τό φυσικό θάνατο, καί στήν πιθανότητα ἐπικοινωνίας μεταξύ τῶν ζωντανῶν καί τῶν νεκρῶν. Οἱ ὀπαδοί τοῦ πνευματισμοῦ συχνά κάνουν συγκεντρώσεις (σεάνς) γιά νά ἐπικοινωνήσουν μέ τά ἐπονομαζόμενα πνεύματα. Ὁ τρόπος πού ἐργάζονται εἶναι μέ ἕνα διάμεσο, γιατί ἐργάζονται μέ κάποιο εἶδος μέσου, μπορεῖ νά εἶναι μιά πλανσέτ γιά τό γράψιμο μέ τήν πλανσέτ, ἕνα τραπέζι γιά κτύπημα τοῦ τραπεζιοῦ, ἤ ἀκόμη καί ἕνας ἄνθρωπος πού τόν κάνουν νά χάσει τίς αἰσθήσεις του ἔτσι ὥστε τό πνεῦμα πού κάλεσαν νά μπορεῖ νά χρησιμοποιήσει τό σῶμα του καί νά ἐπικοινωνήσει μέσο αὐτοῦ. Αὐτή ἡ ἐπικοινωνία γενικά γίνεται μόνο μεταξύ τοῦ φυσικοῦ ἤ γήινου ἐπιπέδου καί τῶν κατώτερων ὑποαστρικῶν ἐπιπέδων πού εἶναι γνωστά ὡς μαγνητικά πεδία. Τά ἀποτελέσματα πού ἀκολουθοῦν ἀπό τέτοιες ἐπικοινωνίες εἶναι πολύ περιορισμένου ὁρίζοντα, πολύ ἀναξιόπιστα καί ἐξαιρετικά βλαβερά στό μέντιουμ, πού ὑποφέρει μιά τρομερή ζημία, πολλές φορές ἀπό τή στέρηση τῆς διάνοιάς του. Γι' αὐτό τό λόγο, οἱ Διδάσκαλοι τῆς πνευματικότητας, καταδικάζουν αὐστηρά τήν ἄσκηση τοῦ πνευματισμοῦ. Ἡ ἐπαφή τους καί ἡ ἐπικοινωνία μέ τίς πνευματικές περιοχές κατευθεῖαν στό μέ-

γαρο τοῦ Κυρίου (Σάτσ Κάντ) εἶναι ἀπευθείας καί πᾶνε καί ἔρχονται ὅποτε θέλουν καί ὅποτε τούς ἀρέσει, χωρίς κανένα ἐμπόδιο καί ἀνεξάρτητοι ἀπό τή διαδικασία τοῦ μέσου. Τό πλησίασμά τους εἶναι τελείως κανονικό, φυσικό, εὐθύ καί ἐποικοδομητικό, ἐνῶ ὁ πνευματιστής ἀντιθέτως ἐργάζεται ἐξαρτούμενος , ἔμμεσα, καί μέ κάποιο μέσο, μέ μιά διαδικασία πού εἶναι γεμάτη κινδύνους καί εἶναι ριψοκίνδυνη καί γιά τόν ἑαυτό του καί γιά τό μέντιουμ. Ὁ πνευματισμός, ἐκτός ἀπό τή γνώση τῆς ἐπιβίωσης τῶν πνευμάτων μετά τό θάνατο, δέν προσθέτει τίποτα στήν ἐμπειρία μας καί δέν προσφέρει τίποτα τό οὐσιαστικό στό δρόμο τῆς πνευματικότητας.

Ὕπνωση καί Μεσμερισμός

Οἱ παραπάνω παρατηρήσεις ἰσχύουν τό ἴδιο καί γιά τήν ὕπνωση καί τό μεσμερισμό, πού καί στά δύο ἕνας ἄνθρωπος μέ μιά πιό δυνατή θέληση προσπαθεῖ νά ἐπιδράσει ἐκείνους πού ἔχουν πιό ἀδύνατη δύναμη ἀντοχῆς μέ χειρονομίες, μαζί μέ μιά καθηλωμένη προσοχή πάνω στό ὑποκείμενο. Σέ ὁρισμένες ἀρρώστειες, ὅπως ἡ ὑστερία κ.τ.λ. ἀκόμη καί μερικοί γιατροί χρησιμοποιοῦν ἐπίσης αὐτές τίς διαδικασίες καί εἶναι ἱκανοί νά θεραπεύσουν προσωρινά καί νά ἀνακουφίσουν πόνους γιά τούς ὁποίους δέν εἶναι ἱκανοί νά βροῦν ἕνα κατάλληλο φάρμακο.

Ἡ πνευματικότητα, ἀντιθέτως, εἶναι ἡ ἐπιστήμη τῆς ψυχῆς, καί συνεπῶς, πραγματεύεται μέ ὅλες τίς ἀπόψεις τῆς ψυχῆς, πού κατοικεῖ μέσα στό ἀνθρώπινο σῶμα, τή σχέση της μέ τό σῶμα καί τό νοῦ, πῶς φαινομενικά δρᾶ καί ἐπιδρᾶ μέσο τῶν αἰσθήσεων καί πάνω σ' αὐτές, τήν πραγματική φύση, καί πῶς μπορεῖ νά χωριστεῖ ἀπό ὅλα τά συνακόλουθά της πού τήν περιορίζουν. Περιγράφει τό πνευματικό ταξίδι μέ τόν πλοῦτο του τῶν πνευματικῶν ἐπιπέδων καί ὑπο - ἐπιπέδων, τίς πνευματικές δυνάμεις καί δυνατότητες καί τήν οὐσιαστική τους ἀξία. Ἡ πνευματικότητα ἀποκαλύπτει τί εἶναι ὁ ἱερός Λόγος καί πῶς νά ἐπικοινωνήσει κανείς μαζί Του, μᾶς λέει ὅτι ὁ τελικός σκοπός εἶναι ἡ Αὐτογνωσία καί ἡ Θεογνωσία, ἢ ἡ ἐ-

νωση τῆς ψυχῆς μέ τήν Ὑπερψυχή, καί διδάσκει πῶς αὐτό μπορεῖ νά κατορθωθεῖ μέσο τῆς Σούρατ Σάμπτ Γιόγκα ἤ τό Μονοπάτι τοῦ Ἠχητικοῦ Ρεύματος, ὅπως περιγράφεται στίς προηγούμενες σελίδες.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΟΓΔΟΟ

Συμπέρασμα

Η ΣΥΝΤΟΜΗ ἐξέταση πού προηγήθηκε τῶν μεγαλύτερων θρησκειῶν τοῦ κόσμου καί μερικῶν ἀπό τίς νεώτερες διακλαδώσεις τους φανερώνει καθαρά μιά γενική τάση πρός μερικές κοινές βασικές εἰκασίες καί δοξασίες: (α) ὅτι τό φυσικό σύμπαν δέν εἶναι τίποτα περισσότερο ἀπό ἕνα μικρό μέρος ἑνός πολύ μεγαλύτερου συνόλου· (β) ὅτι κατά ἕνα παρόμοιο τρόπο, ἡ τωρινή μας ἀνθρώπινη ὕπαρξη εἶναι μόνο ἕνα κομμάτι τοῦ ἀπέραντου καί πολύπλοκου σχεδίου τῆς ζωῆς· (γ) ὅτι πίσω ἀπό τό φαινομενικό, φυσικό καί ἀνθρώπινο κόσμο, ὑπάρχει μιά Ἀπόλυτη Πραγματικότητα ἤ μιά κατάσταση Τέλειου Εἶναι, πέρα ἀπό τήν ἀλλαγή ἤ τήν καταστροφή, πλήρους μέσα στόν Ἑαυτό Του, πού εἶναι ὑπεύθυνο γιά ὅλα ὅσα ὑπάρχουν καί ὅμως βρίσκεται ψηλά καί πάνω ἀπό τή δημιουργία Του· (δ) ὅτι αὐτή τήν Πραγματικότητα, αὐτή τήν κατάσταση τοῦ Τέλειου Εἶναι, μπορεῖ νά τήν πλησιάσει ὁ ἄνθρωπος (μέ τήν κατάλληλη καθοδήγηση) μέσο τοῦ Λόγου, ἤ τοῦ Θείου ρεύματος πού ἀκτινοβολεῖ Φῶς καί Ἁρμονία, τά ὁποῖα ἀντιπροσωπεύουν τίς πρωταρχικές ἐκδηλώσεις τοῦ Ἄμορφου ὅταν παίρνει Μορφή καί πού ἀπό τήν πρός τά κάτω πορεία τους ἦρθαν σέ ὕπαρξη ὅλα τά βασίλεια καί οἱ περιοχές.

Ὅταν ὅλη ἡ θρησκευτική ἐμπειρία τείνει πρός τήν ἴδια κα-

τεύθυνση, τότε γιατί, διερωτᾶται κανείς, ὑπάρχει τόσο πολλή διαμάχη καί φιλονικία στόν τομέα τῆς θρησκείας; Γιατί συμβαίνει οἱ ὀπαδοί κάθε πίστης νά θεωροῦν τίς δική τους ὡς τή μόνη ἀληθινή καί ὅλες τίς ἄλλες πίστεις ὡς λαθεμένες; Γιατί ὑπάρχει δογματική πίστη στό πνευματικό μονοπώλιο καί ἔγιναν γι' αὐτό τό λόγο οἱ Ἱερές Σταυροφορίες, ἡ Σφαγή τοῦ Ἁγίου Βαρθολομαίου, ἡ Ἰσπανική Ἱερή Ἐξέταση καί οἱ ἀνταρσίες τῶν κομούνων στίς Ἰνδίες τό 1947; Ἡ ἐρώτηση εἶναι μιά βάσιμη ἐρώτηση καί εἶναι πολλές καί πολύπλοκες οἱ αἰτίες πού πρέπει νά εἰπωθοῦν γιά νά ἀπαντηθεῖ.

Τό πρῶτο πράγμα πού ξαφνιάζει τόν ἄνθρωπο ὅταν ἀρχίζει τή συγκριτική μελέτη τῆς θρησκείας εἶναι ἡ ὕπαρξή της σέ διαφορετικά ἐπίπεδα. Στόν πυρήνα κάθε μεγάλης θρησκείας ὑπάρχει ἡ πρακτική, μυστική ἐμπειρία κάποιου μεγάλου σοφοῦ ἤ μιᾶς διαδοχικῆς σειρᾶς ἁγίων. Γύρω ἀπό αὐτό τό κέντρο ἔχουν συσσωρευτεῖ ἐπαυξήσεις ἀπό κοινωνικούς κώδικες, ἤθη καί ἔθιμα καί τελετουργικά. Λοιπόν ὁ πυρήνας μπορεῖ νά εἶναι κοινός στούς μύστες τῶν διαφόρων τόπων καί ἐποχῶν, ἀλλά τό κοινωνικό περιβάλλον μέσα στό ὁποῖο εἶχαν τίς ἐμπειρίες τους καί στό ὁποῖο τίς μετέδωσαν πρέπει κατ' ἀνάγκη νά ἦταν διαφορετικό. Ὁ Δυτικός ξεσκεπάζει τό κεφάλι του ὡς ἔνδειξη σεβασμοῦ, ἐνῶ ὁ Ἀνατολίτης τό σκεπάζει. Ὁ Ἰνδός, ἀνήκοντας σέ μιά χώρα μέ πολλούς ποταμούς καί ἄφθονο νερό, λούζεται πρίν προσευχηθεῖ, ἐνῶ ὁ Μουσουλμάνος συνάνθρωπός του, καταγόμενος ἀπό τήν ἔρημο τῆς Ἀραβίας, ἱκανοποιεῖται μέ ἕνα στεγνό καθάρισμα μέ ἄμμο. Ὁ Εὐρωπαῖος καθώς ζεῖ στίς πιό κρύες περιοχές δέν αἰσθάνεται τήν ἀνάγκη γιά κανένα ἀπό τά δύο. Τέτοιες διαφορές ἐθίμων ἐκτείνονται ἐπίσης καί σέ ἄλλους τομεῖς. Ἡ πολυγαμία μπορεῖ νά εἶναι νόμιμη στό Μουσουλμάνο, ἀλλά εἶναι ἁμαρτία γιά τόν Καθολικό. Ἡ λατρεία εἰδώλων μπορεῖ νά ἐπιτρέπεται στόν Ἰνδουϊσμό ἀλλά εἶναι μισητή γιά τόν Πουριτανό. Τό γεγονός εἶναι ὅτι ὅλοι οἱ θρησκευτικοί ἡγέτες ἔχουν τονίσει τήν ἀνάγκη τῆς τήρησης ὑψηλοῦ ἠθικοῦ ἐπιπέδου, ἀλλά ἡ ἠθική τους δέν ἦταν ποτέ ἀπόλυτη. Ἔλαβαν ὑπ' ὄψη τους τίς κοι-

νωνικές συνθῆκες πού ἐπικρατοῦσαν μεταξύ τῶν ἀνθρώπων κατά τήν ἐποχή τήν ὁποία ἦρθαν καί προσπάθησαν νά τίς ἀνυψώσουν στό ἀνώτατο δυνατό σημεῖο, ἐπιδιώκοντας ὄχι τόσο πολύ τή σταθεροποίηση τῶν ἐξωτερικῶν ἐθίμων ὅσο τήν ἐσωτερική ἁγνότητα τῆς καρδιᾶς, καί τό νά εἶναι κανείς καλῶς διατεθειμένος πρός τούς συνανθρώπους του καί τά ἄλλα πλάσματα. Οἱ ἄμεσοι ἀκροατές τοῦ Ἰησοῦ μπορεῖ νά ἀπότυχαν νά ἐκτιμήσουν τήν ἀλήθεια τοῦ ἰσχυρισμοῦ του ὅτι εἶχε ἔρθει ὄχι γιά νά «καταλύσει» ἀλλά γιά νά «ἐκπληρώσει» τό Νόμο, καί ἀκόμη ἄν ὁ Μωυσῆς ἔδωσε τήν ἐντολή τοῦ «ὀφθαλμόν ἀντί ὀφθαλμοῦ καί ὀδόντα ἀντί ὀδόντος», ὁ Χριστός δίδαξε στούς μαθητές του νά ἀγαποῦν τούς ἐχθρούς τους καί νά γυρίζουν καί τό δεξιό μάγουλο ὅταν τούς χαστούκιζαν στό ἀριστερό. Ὁ Μωϋσῆς μίλησε σύμφωνα μέ τίς συνθῆκες τοῦ καιροῦ του, καί ὁ Ἰησοῦς σύμφωνα μέ τοῦ δικοῦ του, ἔτσι τά ἤθη τῆς Χριστιανοσύνης παρέκλιναν ἀπό αὐτά τοῦ Ἰουδαϊσμοῦ ἄν καί αὐτή εἶναι μιά ἐπέκταση τῆς παλιᾶς πίστης.

Ὡς συνέπεια τῶν παραγόντων πού συνέτειναν στήν ἀνάπτυξη τῆς θρησκείας ὡς ἕνα κοινωνικό θεσμό βρίσκουμε ὅτι κάθε θρησκεία δημιουργεῖ γύρω ἀπό τόν ἑαυτό της ἕνα ξεχωριστό σύμπλεγμα ἀπό ἤθη καί ἔθιμα, δόγματα καί τελετουργικά. Καθώς τό σύμπλεγμα αὐτό εἶναι διαφορετικό σέ κάθε περίπτωση οἱ ὀπαδοί κάθε πίστης πρέπει ἀναγκαστικά νά αἰσθάνονται ὅτι ξεχωρίζουν ἀπό αὐτούς τῶν ἄλλων πίστεων, ὄχι μόνο στό ντύσιμο καί στούς τρόπους τους, ἀλλά ἐπίσης καί στό συρμό τῶν κοινωνικῶν ἰδεῶν τους καί στή συμπεριφορά τους. Ἡ ζωή ὅμως ὅλων τῶν μεγάλων ἡγετῶν, ὅπως ὁ Ἰησοῦς καί ὁ Βούδας, ἀποκαλύπτει ὅτι ἐνῶ ὁ καθένας τους παραδέχτηκε καί ἐπέκτεινε τούς κώδικες τοῦ δικοῦ του λαοῦ, ὅμως αὐτοί ποτέ δέν ξέχασαν ὅτι ὅλοι οἱ ἄνθρωποι ἦταν ἀδέλφια καί συμπεριφέρονταν πρός τά μέλη τῶν ἄλλων κοινωνιῶν μέ τόν ἴδιο σεβασμό καί ὑπόληψη πού ἔδειχναν καί σέ αὐτά τῆς δικῆς τους. Πίσω ἀπό τίς διάφορες ἐξωτερικές μορφές πού χαρακτηρίζουν τή ζωή, εἶδαν νά πάλλει ἡ ἴδια Ἑνότητα

τοῦ Εἶναι καί ἦταν ἀπό αὐτό τό ἐπίπεδο πού αὐτοί ἔβλεπαν ὅλη τήν ἀνθρωπότητα.

Αὐτό πού ἦταν δυνατό γιά τούς μεγάλους ἱδρυτές τῶν θρησκειῶν θά ἔπρεπε νά εἶναι δυνατό καί γι' αὐτούς πού ἰσχυρίζονται πώς τούς ἀκολουθοῦν. 'Αλλά ὅταν κοιτάξουμε πῶς ἔχουν τά πράγματα βρίσκουμε πώς αὐτή ἡ δυνατότητα τῆς ἐπικοινωνίας, τῆς συνεργασίας καί τῆς κατανόησης μεταξύ τῶν διαφόρων πίστεων, ἔχει σπάνια, ἄν ὄχι ποτέ, πραγματοποιηθεῖ. Ἕνας μύστης ὅπως ὁ Σρί Ραμακρίσνα μπορεῖ νά ἀποδείξει πρακτικῶς τήν ἐσωτερική ταυτότητα ὅλων τῶν θρησκειῶν*, ἀλλά ἐμεῖς οἱ ὑπόλοιποι ἀποτυχαίνουμε νά ἐννοήσουμε αὐτό τό σημεῖο. Τό γεγονός εἶναι ὅτι κάθε μεγάλη θρησκεία τοῦ κόσμου, μετά τό θάνατο τοῦ ἱδρυτῆ της, ἀναπτύχθηκε σέ ἕνα θεσμό, μέ ἕναν κλῆρο γιά νά διευθετεῖ τίς ὑποθέσεις της: τούς παντί στίς 'Ινδίες, τούς *Μούλλαχ* καί τούς *Μώλβι* στό 'Ισλάμ, τούς φαρισαίους καί τούς ραββίνους στόν 'Ιουδαϊσμό καί τούς μοναχούς καί τούς ἀρχιεπισκόπους στό Χριστιανισμό. Αὐτή ἡ ἀνάπτυξη ἔκανε δυνατή τήν ἐπέκταση τοῦ μηνύματος τῶν μεγάλων ἱδρυτῶν σέ πολυάριθμα πλήθη πού δέ θά μποροῦσαν ποτέ νά διδάξουν αὐτοί οἱ ἴδιοι. Ὁ Βούδας ὁ ἴδιος προσωπικῶς συνάντησε καί ἐπηρέασε πολλά ἄτομα ἀλλά πόσος ἦταν ὁ ἀριθμός τους σέ σύγκριση μέ τά ἑκατομμύρια πού ἄκουσαν τό δόγμα τῆς Ντάρμα ὅταν ὁ 'Ασόκα δημιούργησε τά διάφορα *Σάνγκα* ἤ τάγματα τῶν Βουδιστῶν μοναχῶν, δύο αἰῶνες μετά τό θάνατό του; 'Επιπλέον αὐτό βοήθησε στή διαιώνιση τοῦ μηνύματός του στίς μετέπειτα ἐποχές. Ὁ Βούδας ἦρθε καί ἔφυγε, ὁ 'Ιησοῦς μπορεῖ νά θυσιάστηκε πάνω στό σταυρό, ἀλλά οἱ Σάνγκ καί οἱ ἐκκλησίες ἐξακολουθοῦν νά κρατοῦν ζωντανά τά διδάγματά τους πλατιά διαδεδομένα, πράγμα πού δέ θά μποροῦσε νά γίνει ἄν δέν εἶ-

* Ὁ Σρί Ραμακρίσνα, γιά νά πιστοποιήσει τήν ἀλήθεια ὅτι ὅλες οἱ θρησκεῖες ὁδηγοῦν στόν ἴδιο πνευματικό στόχο, ἄσκησε μέ τή σειρά τίς ἐξωτερικές καί τίς ἐσωτερικές πειθαρχίες τοῦ 'Ινδουϊσμοῦ, τοῦ Χριστιανισμοῦ καί τοῦ Ισλαμισμοῦ καί στήν κάθε περίπτωση βρῆκε πώς τό τελικό ἐπίτευγμα ἦταν τό ἴδιο.

χαν ἀναπτυχθεῖ αὐτά τά κωδικοποιημένα συστήματα.

Ἀλλά, ἄν ἡ κωδικοποίηση τῶν διδαγμάτων τῶν μεγάλων πνευματικῶν ἡγετῶν βοήθησε στή διάδοση καί στή διαιώνισή τους, ὁδήγησε ὅμως ἐπίσης καί στή μεταμόρφωσή τους. Τό μήνυμα τοῦ Χριστοῦ ἤ τοῦ Βούδα ὅπως δόθηκε στήν ἀρχή ἀπό αὐτούς ἦταν κάτι ἄλλο ἀπό αὐτό πού ἔγινε στά χέρια τῆς Ἐκκλησίας καί τοῦ Σάνγκ, πού ἀκολούθησαν. Οἱ μεγάλοι θρησκευτικοί ἡγέτες κινοῦνταν καί ὁδηγοῦνταν ἀπό ἀπευθείας ἐσωτερική ἐμπειρία, καί ἦταν αὐτή ἡ πραγματικότητα πού ὑπῆρχε στήν καρδιά τῶν διδαγμάτων τους. Αὐτοί τό εἶδαν ὡς κάτι παγκόσμιο, κάτι σέ λαθεμένη κατάσταση μέσα σέ κάθε ἄνθρωπο, καί ἦταν πρός αὐτό πού κατεύθυναν τήν προσοχή τῶν μαθητῶν τους, μεταχειριζόμενοι τήν ἠθική προαγωγή ὡς μοχλό γιά τήν πνευματική πρόοδο. Ὅταν μετά τό θάνατό τους τό ἔργο τους τό ἀνέλαβαν ταχέως ἐπεκτεινόμενες ὀργανώσεις πού γίνονταν πιό πολύπλοκες μέ τό πέρασμα τοῦ χρόνου, δέν μπορεῖ κανείς νά περιμένει ὅλα τά μέλη του νά ἔχουν φτάσει στό ἴδιο ὕψος (μέ αὐτούς) ἤ οὔτε ἀκόμη καί νά ἔχουν ρίξει μιά ματιά στά ἐσωτερικά μυστικά βασίλεια. Δέν πρέπει λοιπόν νά ἀπορεῖ κανείς γιατί μέ τήν ἀνάπτυξη τῆς ἐκκλησίας καί τῶν παρόμοιων μέ αὐτή, τό ἐνδιαφέρον σέ κάθε θρησκεία ἔτεινε νά ἀλλάξει ἀπό τό μυστικιστικό στό ἠθικό, τό τελετουργικό καί τό δογματικό· μέ λίγα λόγια ἀπό τό παγκόσμιο στό ἰδιαίτερο. Μόνο μιά σπάνια ψυχή μπορεῖ νά διαπεράσει τό μαῦρο πέπλο ἐσωτερικῶς, ἀλλά γιά κάθε τέτοιο ὄν, ἕνα ἑκατομμύριο, μᾶλλον ἕνα δισεκατομμύριο, μπορεῖ νά συζητᾶ γιά προβλήματα ἠθικῆς, νά ἐκτελεῖ ἐξωτερικές τελετές καί νά ἐπιμένει στή γνώμη του γιά τά διάφορα θέματα, ἐνῶ δέν εἶναι ἐμπνευσμένη ἤ δοκιμασμένη ἀπό προσωπική ἐμπειρία, ἀλλά παρμένη ἀπό τό παζάρι τῆς ζωῆς. Καί ἔτσι, ἐνῶ ἐμεῖς δέ βρίσκουμε κανένα αὐστηρό σύστημα τελετουργίας ἤ δόγματος ἤ ἐξωτερικοῦ κώδικα μέσα στά διδάγματα τοῦ ἴδιου τοῦ Ἰησοῦ — ὅπου τό καθετί εἶναι ρευστό καί ἐλαστικό, ἕτοιμο νά τεθεῖ στήν ὑπηρεσία τοῦ μυστικοῦ μηνύματος — ἕνα αὐστηρό σύστημα προέκυψε μέ τήν ἀνάπτυξη τῆς Χριστιανι-

κῆς 'Εκκλησίας. Καθώς ἔγινε αὐτή ἡ παραλαγή, νέα φράγματα ὑψώθηκαν μεταξύ τῶν ὀπαδῶν τοῦ 'Ιησοῦ καί αὐτῶν τῶν ἄλλων πίστεων, φράγματα πού ποτέ δέν ὑπῆρχαν προηγουμένως.

Καί σάν νά μήν ἦταν αὐτό ἀρκετό, ἡ ἄνοδος τοῦ ἱερατικοῦ ἐπαγγέλματος ἐργάστηκε πρός μία ἄλλη ἀκόμη κατεύθυνση. 'Η 'Εκκλησία κατά τήν περίοδο τῆς ἀνάπτυξής της εἶχε, στίς περισσότερες περιπτώσεις, νά ἀγωνιστεῖ ἐνάντια σέ πολλές ἀντιξοότητες, καθώς καθετί καινούργιο συναντᾶ συνήθως δυνατή ἀντίσταση. Αὐτή μποροῦσε νά προσφέρει μόνο τό σταυρό τοῦ κινδύνου καί τῆς στέρησης, καί ὄχι τό ρόδο τῆς εὐημερίας. Αὐτοί πού τήν ἀσπάζονταν, τήν ἀσπάζονταν γιά χάρη τῶν πεποιθήσεών τους καί ὄχι ἀπό ἀγάπη γιά δύναμη. 'Αλλά μιᾶς καί ἡ 'Εκκλησία ἔγινε παραδεχτή, ἄρχισε νά ἀσκεῖ σημαντική ἐπιρροή πάνω στό λαό. Τῆς πρόσφεραν δῶρα καί τίτλους καί τήν ἔκαναν τόν τελικό διαιτητή τους, ὄχι μόνο γιά θέματα πνευματικά ἀλλά ἐπίσης καί γιά ἐγκόσμια. Ἔτσι ἄρχισε ἡ διαδικασία μέ τήν ὁποία ὁ κλῆρος ἔστρεψε ἀπό τήν ἐσωτερική πρός τήν ἐξωτερική ζωή, ἀπό τήν αὐταπάρνηση στήν πρόσκαιρη ἐγκόσμια δύναμη. Γιά νά διαφυλάξει τή θέση της, ἡ 'Εκκλησία ἐνθάρρυνε τήν ἀνάπτυξη τῶν δογμάτων καί τῶν παραδόσεων, πού ἐνίσχυαν τό μονοπώλιο τῆς ἐξουσίας της. Γιά νά δυναμώσει τόν ἑαυτό της, δημιούργησε ἕνα φωτοστέφανο γύρω στό βωμό πού ὑπηρετοῦσε καί καταδίκασε τούς βωμούς στούς ὁποίους δέν εἶχε δικαιοδοσία. Ἄν οἱ αὐτοτιτλοφορούμενοι ὑπηρέτες τοῦ 'Ιεχωβᾶ, ἤ αὐτοί ἑνός ἄλλου ὀνόματος τῆς θεότητας διατηροῦσαν καί ἐπέκτειναν τή θέση καί τήν ἐπιρροή τους τότε ἀναγκαστικά ὅλοι οἱ θεοί τῶν φιλισταίων ἤ τῶν εἰδολολατρῶν ἔπρεπε νά καταδικαστοῦν.

Αὐτοί οἱ παράγοντες πού εἴδαμε λειτουργοῦν σέ κάθε τομέα τῆς ἀνθρώπινης δραστηριότητας. Μόνο ὁ ἱστοριογράφος εἶναι πολύ καλά ἐνήμερος γιά τήν τύχη κάθε νέου κινήματος, εἴτε ἔχει θρησκευτικό χαρακτήρα εἴτε ἐγκόσμιο. Αὐτό ἀνατέλει ἀπό ἕναν ἄνθρωπο μέ ἐνόραση, περνᾶ ἀπό μιά γρήγορη ἐπέκταση στά χέρια αὐτῶν πού ἐνεπνεύστηκαν ἀπευθείας ἀπό

τό παράδειγμά του, καί μετά μπαίνει σέ μιά διαδικασία βαθμιαίας φθορᾶς καί παρακμῆς. Ἡ πτώση ἀπό ἕνα ζωντανό δραμα σέ ἕνα μηχανικό δόγμα δέν εἶναι ἰδιόρρυθμο μόνο τῆς θρησκείας ἄν καί ὑπάρχουν ὁρισμένα χαρακτηριστικά στήν περίπτωση τῆς θρησκείας πού δέν συμβαίνουν πουθενά ἀλλοῦ. Αὐτά τά μοναδικά προβλήματα προκύπτουν ἐξαιτίας τῆς μυστικῆς ἐμπειρίας πού εἶναι στήν καρδιά κάθε μεγάλης θρησκείας. Ἡ μυστική ἐμπειρία, ὅπως εἴδαμε, ἐκτείνεται σέ ἐπίπεδα ὕπαρξης στά ὁποῖα κανονικά οἱ ἄνθρωποι δέν μποροῦν νά φτάσουν. Μόνο μιά χούφτα, μᾶλλον λιγότεροι καί ἀπό μιά χούφτα σέ κάθε ἐποχή μποροῦν νά ποῦν πώς τήν κατέχουν.

Εἶναι μιά ἐμπειρία μοναδική σέ χαρακτήρα, γιατί κατέχει ἕνα εἶδος πλούτου, ἔκτασης, ζωηρότητας καί ὀμορφιᾶς πού δέν ἔχει τό ὅμοιό της στή γήινη ζωή. Ἀλλά ἐμεῖς σ' αὐτό τό γήινο ἐπίπεδο μποροῦμε νά καταλάβουμε τήν ἔννοιά της μόνο μέσα στά περιορισμένα ὅρια τῆς δικῆς μας ἐγκόσμιας ἐμπειρίας. Ὁ μύστης δέν ἔχει ἄλλη ἐκλογή, ἄν ἐπιθυμεῖ νά μεταδώσει σέ μᾶς κάτι ἀπό τή μοναδική ἐμπειρία του (ὄχι ἁπλῶς νά τελειώσει σέ σιωπή ἤ στίς ἀρνητικές δηλώσεις τοῦ Βεδαντιστοῦ ἤ τοῦ Ἁγίου Ἰωάννου τοῦ Σταυροῦ), καί ἀναγκάζεται νά καταφύγει σέ μεταφορές καί παραβολές.

Ὁ Μωλάνα Ρούμι μᾶς λέει στό Μαθναβί:

> *Δέν ταιριάζει νά σᾶς πῶ περισσότερα. Γιατί ἡ κοίτη τοῦ ποταμοῦ δέν μπορεῖ νά χωρέσει τή θάλασσα.*

Ὁ Ἰησοῦς ἦταν ἀρκετά σαφής πάνω στό θέμα ὅταν μιλώντας στούς πιό κοντά σ' ἐκεῖνον μαθητές του (στούς ὁποίους μποροῦσε νά δώσει ἀπευθείας πρῶτο χέρι ἐσωτερική ἐμπειρία), εἶπε:

> *Εἰς ἐσᾶς ἐδόθη νά γνωρίσητε τό μυστήριον τῆς βασιλείας τοῦ Θεοῦ· εἰς ἐκείνους δέ τούς ἔξω, διά παραβολῶν τά πάντα γίνονται.*
>
> **ΚΑΤΑ ΜΑΡΚΟ (4:11)**

Ἐνῶ ἡ ἀπευθείας δήλωση τείνει νά εἶναι περιορισμένη ἀπό

τίς ἀναλυόμενες ἰδιότητες τοῦ ἀντικειμένου, ἡ εἰκονική δήλωση δέν ἔχει αὐτό τό ἐμπόδιο. Οἱ ποιητές ἔχουν περιγράψει τήν ἀγάπη τους γιά μιά γυναίκα σάν ἕνα τριαντάφυλλο, ἕνα ἄστρο, μιά μελωδία, μιά φλόγα, τό φεγγάρι, κ.τ.λ. Οἱ μύστες χρησιμοποίησαν ἕνα παρόμοιο σχῆμα λόγου ὅταν μιλοῦν γιά τήν ἀγάπη τους γιά τό Θεό, Ἀλλά ἐνῶ οἱ ἀκροατές τοῦ ποιητῆ πού μιλᾶ γιά ἀνθρώπινη ἀγάπη εἶναι πάντοτε ἐνήμεροι ὅτι αὐτός χρησιμοποιεῖ μεταφορές, γιατί γνωρίζουν καλά τί εἶναι μιά γυναίκα, αὐτοί πού ἀκοῦν τό μύστη δέν μποροῦν νά κάνουν μιά τέτοια σύγκριση καί συχνά τείνουν νά ξεχάσουν ὅτι αὐτά πού λέει εἶναι μόνο εἰκονικά. Ἔτσι οἱ δηλώσεις τοῦ ἀνθρώπου πού ἔχει πνευματική δραση παίρνονται συχνά κατά γράμμα ὅταν ἡ ἔννοιά τους εἶναι μόνο μεταφορική, καί μεταφορικῶς ὅταν ἡ ἔννοια τους εἶναι κατά γράμμα. Ἔτσι, ὅταν ὁ Ἰησοῦς ἤ ὁ Μωάμεθ δήλωσαν ὅτι ἦταν ὁ γιός ἤ ὁ μεσίας τοῦ Θεοῦ (ὅπως εἶπαν ὅλες οἱ μεγάλες ψυχές πού βύθισαν τή θέλησή τους στή Θεία Θέληση), ὁ κόσμος νόμιζε ὅτι ὁ καθένας τους ἐννοοῦσε κατά γράμμα ὅτι ἦταν ὁ μοναδικός γιός τοῦ Παντοδύναμου. Ἤ ἐπίσης ὅταν ὁ Ἰησοῦς, μιλώντας ὄχι μέ τή δική του ἱκανότητα ὡς ἕνα περιορισμένο ἄτομο ἀλλά μέ αὐτή τῆς Αἰώνιας Θείας Ἀρχῆς πού αὐτός ἐνσωμάτωνε, εἶπε: Ποτέ δέν θά σέ ἀφήσω οὔτε θά σέ ἐγκαταλείψω μέχρι τῆς συντελείας τοῦ αἰῶνος, τό πῆραν κατά γράμμα. Ἔτσι τό νά ζητήσει κανείς πνευματική καθοδήγηση ἀπό ἕναν ζωντανό δάσκαλο μετά πού δέν ὑπῆρχε πιά ὁ Ἰησοῦς, θεωρήθηκε ὡς σημεῖο ἀπιστίας καί γι' αὐτό ὀνομάστηκε αἵρεση. Ἀλλά ὅταν ὁ Ἰησοῦς μίλησε κυριολεκτικά γιά τόν «μοναδικό ὀφθαλμό» ἤ γιά τό Θεό ὡς «Φῶς», θεωρήθηκε ὅτι ἀναφερόταν εἰκονικά στήν ἀκεραιότητα τῆς συνείδησης καί στό φῶς τῆς λογικῆς.

Δέν ὑπάρχει λοιπόν ἀμφιβολία ὅτι μέ κάθε δήλωση ἐξηγημένη κατ' αὐτόν τόν τρόπο, ἤ μᾶλλον παρεξηγημένη, θά προέκυπταν ἔννοιες πού ὁ σοφός πού ἔκανε τή δηλωση δέν εἶχε ποτέ στό νοῦ του, καί ὅτι δόγματα καί θεωρίες πού δέν εἶχαν σχέση μέ τίς παγκόσμιες ἐσωτερικές ἐμπειρίες πού τόν ἐνέπνευσαν θά προβάλλονταν στό ὄνομά του. Ἔτσι προέκυ-

ψαν διαφορές στά δόγματα μεταξύ τῆς μιᾶς καί καί τῆς ἄλλης πίστης πού δέν εἶχαν ποτέ διανοηθεῖ οἱ ἱδρυτές τους. Ἐπιπλέον, τά ἐσωτερικά βασίλεια εἶναι τόσο ἀπέραντα καί ποικίλλα πού κανένας μύστης δέ θά μποροῦσε ποτέ νά ἐλπίζει ὅτι θά ἀναφέρει γιά ὅλες τίς ἀπόψεις τοῦ ἐσωτερικοῦ πανοράματος. Τό πολύ πολύ μπορεῖ νάκάνει ἕναν ὑπαινιγμό γιά κάποιο τμῆμα ἀπό αὐτό, καί αὐτό τό τμῆμα μπορεῖ νά μήν εἶναι ἀκριβῶς τό ἴδιο ὅπως αὐτά τά τμήματα γιά τά ὁποῖα ἔχουν μιλήσει ἄλλοι, μέ ἀποτέλεσμα στόν ἀναγνώστη πού δέν ἔχει ὁ ἴδιος ἀπευθείας ἐπικοινωνία μέ τά ἐσωτερικά βασίλεια, μπορεῖ νά φαίνεται ὅτι ὑπάρχουν ὁρισμένες διαφορές μεταξύ τῶν γραπτῶν τοῦ ἑνός μύστη καί τοῦ ἄλλου, οἱ ὁποῖες στήν πραγματικότητα δέν ὑπάρχουν.

Ἐπιπλέον, δέ φτάνουν ὅλοι οἱ μύστες τόν ἀνώτατο πνευματικό στόχο. Μόνο μερικοί κατορθώνουν νά διαπεράσουν πλήρως τό πέπλο τοῦ ἐσωτερικοῦ σκοταδιοῦ, καί ἀπό αὐτούς, οἱ περισσότεροι δέ φτάνουν ποτέ πάνω ἀπό τό πρῶτο ἐσωτερικό ἐπίπεδο. Ἀπό αὐτούς πού ἐπιτυχαίνουν νά πᾶνε παραπάνω, ὁ μεγαλύτερος ἀριθμός δέν ξεπερνᾶ ποτέ τό δεύτερο ἐπίπεδο, καί οὕτω καθεξῆς. Τώρα τό κάθε ἐπίπεδο ἔχει τίς δικές του ἰδιορρυθμίες καί τά δικά του χαρακτηριστικά, καί ἐνῶ τά ἀνώτερα ἐπίπεδα περιλαβαίνουν καί συντηροῦν τά κατώτερα οἱ κάτοικοι τῶν κατώτερων ἐπιπέδων σπανίως εἶναι ἐνήμεροι γιά τήν ὕπαρξη τῶν ἀνώτερων. Κάθε ἐπίπεδο, σέ σύγκριση μέ τό προηγούμενό του, μοιάζει νά εἶναι ἡ ἴδια ἡ τελειότητα, καί κάθε μύστης πού μίλησε γιά τή θεία του ἐμπειρία τό περίγραψε σάν νά ἦταν τό πᾶν καί τό τέλος τῆς πνευματικῆς προόδου. Τό ἀναπόφευκτο ἀποτέλεσμα ἀπό αὐτό εἶναι ὅτι συναντοῦμε περιγραφές γιά τό Ἀπόλυτο πού, μετά πού ἔχουν ἀφαιρεθεῖ καί οἱ διαφορές πού προκύπτουν ἀπό τήν εἰκονική ἔκφραση, δέ συμφωνοῦν. Ὁ Ἰησοῦς μιλεῖ γιά τό Θεῖο στήν πατρική του ἄποψη, ὁ Σρί Ραμακρίσνα στή μητρική Του. Οἱ Σάνκχια μύστες μιλοῦν γιά τό Θεό, τήν Πρακρίτι καί τό Ἄτμαν ὡς παντοτινά χωρισμένα· ὁ Ραμανούγια, ὅτι εἶναι σχετικά ἀλλά ποτέ δέ συγχωνεύονται σέ ἕνα· ἐνῶ ὁ Σανκάρα τά

βλέπει ὡς τήν ἴδια καί τήν αὐτή οὐσία, καί ὅτι ὁ χωρισμός τους δέν εἶναι πραγματικός ἀλλά μόνο μιά ἀπάτη. Ὅλα αὐτά εἶναι ἕνα μεγάλο μπέρδεμα γιά τόν κοινό ἀναγνώστη. Ἀλλά ἄν συναντοῦσε ἕναν πού ἔχει φτάσει τό ἀνώτατο βασίλειο καί τοῦ εἶναι γνώριμη ἡ ἐμπειρία τοῦ κάθε ἐσωτερικοῦ ἐπιπέδου, ὅλες οἱ ἀντιφάσεις θά ἐξαφανίζονταν, γιατί αὐτός μπορεῖ νά ἀποδείξει ὅτι ἄν καί οἱ ἕξι τυφλοί ἄνθρωποι ἔκαναν φαινομενικά τίς πιό ἀντιφατικές δηλώσεις γιά τή φύση τοῦ ἐλέφαντα, ὅμως ἦταν δυνατό τελικά νά συμβιβαστοῦν ἀπό ἕναν πού μποροῦσε νά δεῖ ὁλόκληρο τόν ἐλέφαντα.

Πάνω σ' αὐτό τό θέμα, τά διδάγματα τῆς Σούρατ Σάμπτ Γιόγκα παίρνουν καί μιά ἄλλη ἀκόμη σπουδαιότητα. Εἴδαμε ἤδη μέχρι ἑνός σημείου πώς ἀντιπροσωπεύει τό πιό γρήγορο, τό πιό πρακτικό καί τό πιό ἐπιστημονικό μέσο γιά τόν πνευματικό στόχο τοῦ ἀνθρώπου. Μποροῦμε τώρα νά προσθέσουμε ὅτι πηγαινοντάς τον στό πιό ἀνώτερο ἀπό τά πνευματικά ἐπίπεδα, στό σημεῖο ὅπου ὁ Ἄμορφος παίρνει Μορφή, τοῦ προμηθεύει τήν καλύτερη πλεονεκτική θέση γιά νά δεῖ τόν ἀπέραντο τομέα τῆς πνευματικότητας. Αὐτό πού θά σάστιζε καί θά ἔφερνε σέ ἀμηχανία τούς ἄλλους ἀφήνει γαλήνιο τόν πεπειραμένο αὐτοῦ τοῦ Μονοπατιοῦ. Οἱ ἀντιφάσεις ἐξαφανίζονται ὅταν τόν πλησιάσουμε, καί αὐτό πού κάποτε σύγχιζε καί μπέρδευε μπαίνει μετά τήν ἔκθεσή του, σέ τέλεια τάξη. Αὐτός καταλαβαίνει κάθε πνευματικό καί δῆθεν πνευματικό κίνημα πού ἀντιμετωπίζουμε σήμερα. Μπορεῖ μέ τή θέλησή του νά μπεῖ στήν ἐσωτερική ἐμπειρία πού τό καθένα μπορεῖ νά προσφέρει, καί εἶναι ὁ πιό κατάλληλος γιά νά κρίνει τίς σχετικές ἀξίες τους. Αὐτός δέν καταδικάζει οὔτε ἐπιτίθεται· καί δέν παρακινεῖται ἀπό μίσος ἤ ἀντίδραση. Ἔχοντας δεῖ τό Ἀνώτατο, ὁ σκοπός του εἶναι νά πάρει τούς συνανθρώπους του σ' Αὐτό μέ τόν πιό ὁμαλό καί γρήγορο τρόπο. Ξέρει ὅτι ἡ ἐσωτερική ζωή δέν πρέπει νά μπερδεύεται μέ τήν ἐξωτερική ζωή, καί κηρύσσει τό μήνυμά του ὄχι ὡς ἕνα κώδικα ἀλλά ὡς μιά ἐπιστήμη: «Προσπάθησε μέσα σου», μᾶς λέει, «καί δές σύ ὁ ἴδιος».

Ἡ ἐπιστήμη πού διδάσκει δέν εἶναι καινούργια. Εἶναι ἡ πιό παλιά ἀπό ὅλες τίς ἐπιστῆμες. Ἀλλά ἐνῶ κατά τό παρελθόν ἔτεινε νά συνδεθεῖ μέ πολλά πού δέν ἦταν οὐσιαστικά γι' αὐτή, αὐτός ἐπιθυμεῖ νά τήν διατηρήσει στήν ἁγνή της κατάσταση καί στήν πρωταρχική της δόξα. Δίνει τό λογικό συμπέρασμα τῶν μυστικῶν ἀληθειῶν πού ὑπάρχουν μέσα σέ ὅλες τίς μεγάλες γραφές, τονίζοντας ὅτι ἀφοῦ ὁ Θεός στήν πρωταρχική Του μορφή εἶναι Φῶς καί Μουσική, πρέπει ἐσωτερικῶς νά στρέψουμε πρός αὐτά, καί ὄχι σέ ὁποιοδήποτε ἄλλο μέσο, γιά νά φτάσουμε σ' Αὐτόν καί νά ἑνωθοῦμε μαζί του. Ἐκεῖ ὅπου ὑπῆρχε χάος αὐτός φέρνει τάξη, ἐκεῖ ὅπου ὑπῆρχε ἀπελπισία φέρνει ἐλπίδα, καί ἔχει γιά τόν καθένα μας, ὁποιαδήποτε ἱκανότητα λήψης καί ἄν ἔχουμε κάποια παρηγοριά καί κάποια διαφώτιση νά προσφέρει.

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

ΜΕΡΟΣ ΠΡΩΤΟ

Τά Γιογκικά Πρότυπα

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΠΡΩΤΟ

ΜΙΑ ΕΙΣΑΓΩΓΗ ΣΤΗ ΓΙΟΓΚΑ

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΔΕΥΤΕΡΟ

ΓΙΟΓΚ ΒΙΝΤΙΑ ΚΑΙ ΓΙΟΓΚ ΣΑΝΤΝΑ

Τό μονοπάτι τῆς γιόγκα στή θεωρία καί στήν πράξη

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΤΡΙΤΟ

ΤΑ ΔΙΑΦΟΡΑ ΣΥΣΤΗΜΑΤΑ ΤΗΣ ΓΙΟΓΚΑ



Hazur Baba Sawan Singh Ji Maharaj (1858-1948): Έκανε τη Surat Shabd Yoga, που ήταν εφικτή για λίγους, να γίνει προσιτή σε όλη την ανθρωπότητα. Προφήτεψε ένα μεγάλο πνευματικό ξύπνημα.



Sant Kirpal Singh Ji Maharaj (1894-1974): Παρουσίασε τα διδάγματα των Διδασκάλων σαν μια τέλεια επιστήμη. Με τρεις περιοδείες σε όλο τον κόσμο και βιβλία που καλύπτουν ολόκληρο τον τομέα της πνευματικότητας, έφερε το μήνυμα της ελπίδας σε κάθε γωνιά της γης. Το 1974, όταν άρχισε το πρώτο Συνέδριο για την Ενότητα του Ανθρώπου, είπε πως η χρυσή εποχή της πνευματικότητας έχει ανατείλει.



Sant Darshan Singh Ji Maharaj (1921-1989): Στη δεκαπεντάχρονη αποστολή του, εγκαθίδρυσε τη Sawan Kirpal Ruhani Mission - Επιστήμη της Πνευματικότητας με 50 κέντρα σε πάνω από σαράντα χώρες και βιβλία που έχουν εξηγηθεί σε περισσότερες από πενήντα γλώσσες. Ήταν ένας φημισμένος μύστης ποιητής και πήρε δύο Βραβεία της Ουρδικής Ακαδημίας για τα ποιήματά του.
Εξήγησε την πνευματικότητα σαν ένα μονοπάτι «θετικού μυστικισμού», στο οποίο επιδιώκοντας κανείς τον πνευματικό του στόχο, ενώ εκτελεί τις εγκόσμιός του υπευθυνότητες, συμβάλλει θετικά στην κοινωνία του και γενικά στον κόσμο. Προτού να αφήσει το γήινο επίπεδο, στις 30 Μαΐου **1989,** ο Sant Darshan Singh Ji εμπιστεύθηκε την πνευματική του εργασία στον Sant Rajinder Singh Ji.



Sant Rajinder Singh Ji Maharaj (1946-): Συγκάλεσε το Πρώτο Διεθνές Συνέδριο για την Ολοκλήρωση του Ανθρώπου και το Πρώτο Παγκόσμιο Συνέδριο για το Μυστικισμό, τα οποία συνεχίζει να κάνει κάθε χρόνο. Έλαβε πολλές τιμές και επαίνους για την εργασία του για την επίτευξη της εσωτερικής και εξωτερικής ειρήνης μέσω του διαλογισμού.

Για τη Sawan Kirpal Ruhani Mission: Επιστήμη της Πνευματικότητας

Η Sawan Kirpal Ruhani Mission -Επιστήμη της Πνευματικότητας- είναι ένας αφιλοκερδής οργανισμός αφιερωμένος στο να μεταδίδει στους αναζητητές της αλήθειας τα διδάγματα του Sant Rajinder Singh Ji Maharaj, του Sant Darshan Singh Ji Maharaj, του Sant Kirpal Singh Ji Maharaj, του Hazur Baba Sawan Singh Ji Maharaj και των Διδασκάλων που προηγήθηκαν. Οι αναζητητές διδάσκονται την επιστήμη του διαλογισμού με την οποία έχουν την εμπειρία του εσωτερικού Φωτός και Ήχου, υψώνονται πάνω από τη σωματική συνειδητότητα, υπερβαίνουν τις ανώτερες πνευματικές περιοχές και, τελικά, αποκτούν την Αυτογνωσία και τη Θεογνωσία. Η Επιστήμη της Πνευματικότητας, που τα κεντρικά της γραφεία είναι στο Kirpal Ashram στο Δελχί της Ινδίας, έχει1600 κέντρα σε πάνω από σαράντα χώρες. Οι αναζητητές και οι σπουδαστές μπορούν να επισκεφθούν τον Sant Rajinder Singh Ji Maharaj στο Kirpal Ashram για καθοδήγηση στο διαλογισμό, για μύηση και για να ακούσουν τις ομιλίες του, ή μπορούν να τον συναντήσουν στις συχνές περιοδείες του σε όλο τον κόσμο. Υπάρχουν, επίσης, βιβλία, περιοδικά και άλλα έγγραφα μεταφρασμένα σε περισσότερες από πενήντα γλώσσες, καθώς και κασέτες και βιντεοκασέτες πάνω στην πνευματικότητα.



ΕΠΙΣΤΗΜΗ ΤΗΣ ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑΣ

http://www.sos.org/el

Ὁ Στόχος πάντοτε παραμένει ὁ ἴδιος ἄν καί οἱ τοξότες πού σκοπεύουν πρός αὐτόν εἶναι πολλοί.

ΡΑΤΖΑΜΠ